



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA 2º ESO

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE
EDUCACIÓN FÍSICA PARA 2º ESO

PHYSICAL EDUCATION TEACHING
PROGRAMME FOR CSE 2nd YEAR



FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

Sergio Álvarez Fernández

Tutor: Miguel Ángel González Valeiro

Trabajo Fin de Grado

Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Universidad de A Coruña

Curso 2018 – 2019

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
<i>PRIMERA PARTE: PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA</i>	6
2. FUNDAMENTACIÓN	6
2.1. MARCO LEGISLATIVO	6
2.1.1 NORMATIVA ESTATAL	6
2.1.2 NORMATIVA AUTONÓMICA (GALICIA)	7
2.2. MARCO TEÓRICO	7
2.2.1 ¿QUÉ SE ENTIENDE POR EDUCACIÓN FÍSICA?	7
2.2.2 DIFERENCIAS ENTRE PLANIFICAR Y PROGRAMAR (PROGRAMACIÓN)	8
2.2.3 ELEMENTOS DIDÁCTICOS	9
2.2.4 NIVELES DE CONCRECIÓN DEL CURRÍCULO	10
2.3. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: COMPETENCIAS	12
2.3.1 INTRODUCCIÓN	12
2.3.2 METODOLOGÍA	12
2.3.3 DIAGRAMA DE FLUJO DE LA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	17
2.3.4 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	17
2.3.5 DISCUSIÓN DE RESULTADOS	22
2.4. CONTEXTUALIZACIÓN	23
2.4.1 LOCALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL CENTRO	23
2.4.2 INSTALACIONES Y MATERIAL DEL CENTRO	23
2.4.3 CARACTERÍSTICAS SOCIOAFECTIVAS Y MOTRICES DEL ALUMNADO DEL CURSO AL QUE SE DIRIGE LA PROGRAMACIÓN	24
2.5. DIAGNÓSTICO (ANÁLISIS DAFO)	24
3. DESARROLLO DE LA PROPUESTA	25
3.1. PLANIFICACIÓN ANUAL DE UNIDADES DIDÁCTICAS	25
3.2. CRONOGRAMA	26
3.3. CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE	26
3.3.1 COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL)	27
3.3.2 COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA (CMCCT)	27
3.3.3 COMPETENCIA DIGITAL (CD)	28
3.3.4 APRENDER A APRENDER (CAA)	28

3.3.5 COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS (CSC)	28
3.3.6 SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR (CSIEE).....	29
3.3.7 CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES (CCEC).....	29
3.4 OBJETIVOS	30
3.5 CONTENIDOS	31
3.6 ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	35
3.6.1 ESTILOS DE ENSEÑANZA	35
3.6.2 ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	36
3.7 RECURSOS DIDÁCTICOS.....	36
3.7.1 INSTALACIONES.....	36
3.7.2 RECURSOS MATEIRALES	37
3.7.3 LIBRO DE TEXTO Y FUENTES DE INFORMACIÓN	37
3.7.4 RECURSOS INFORMÁTICOS Y TECNOLÓGICOS	37
3.8 PLANES DE CENTRO	37
3.8.1 PLAN LECTOR	37
3.8.2 PLAN INTEGRAL DE CONVIVENCIA.....	37
3.8.3 PLAN TIC	38
3.9 ELEMENTOS TRANSVERSALES	38
3.9.1 EDUCACIÓN CÍVICA Y CONSTITUCIONAL.....	38
3.9.2 COMPRENSIÓN LECTORA	39
3.9.3 EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA	39
3.9.4 COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL.....	39
3.9.5 TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN.....	39
3.9.6 EMPRENDIMIENTO.....	39
3.10 INTERDISCIPLINARIEDAD.....	40
3.11 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	40
4. EVALUACIÓN	40
4.1 EVALUACIÓN DEL ALUMNADO	40
4.1.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	42
4.1.2 CALIFICACIÓN.....	43
4.2 EVALUACIÓN DEL PROGRAMA	44
4.2.1 EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE	44
4.2.2 EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	45

4.3 UNIDADES DIDÁCTICAS	46
4.3.1 MODELO DE UNIDAD DIDÁCTICA	46
<i>SEGUNDA PARTE: REFLEXIÓN SOBRE LAS COMPETENCIAS ADQUIRIDAS Y LAS MEJORAS IDENTIFICADAS</i>	51
5. ANÁLISIS DE LAS COMPETENCIAS.....	51
5.1 COMPETENCIAS NECESARIAS PARA LA REALIZACIÓN DEL TFG, GRADO DE ADQUISICIÓN	51
5.2 DÉFICITS Y ÁREAS DE MEJORA PARA EL DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN.....	62
6. BIBLIOGRAFÍA	62
7. ANEXOS	65
7.1 ANEXO 1: UNIDADES DIDÁCTICAS DE LA PROGRAMACIÓN.....	65

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Definiciones de los elementos didácticos. Elaboración propia.	9
Tabla 2. Búsqueda en "Web of Science". Elaboración propia.	13
Tabla 3. Búsqueda en "Scopus". Elaboración propia.	14
Tabla 4. Búsqueda en "ERIC". Elaboración propia.	15
Tabla 5. Búsqueda en "Dialnet". Elaboración propia.	16
Tabla 6. Resultados revisión bibliográfica. Elaboración propia.	18
Tabla 7. Unidades didácticas de la programación. Elaboración propia.	25
Tabla 8. Planificación anual de las unidades didácticas. Elaboración propia.	25
Tabla 9. Cronograma. Elaboración propia.	26
Tabla 10. Relación UDD con competencias. Elaboración propia.....	29
Tabla 11. Relación UDD con objetivos. Elaboración propia.	30
Tabla 12. Relación UDD con contenidos. Elaboración propia. Elaboración propia.....	31
Tabla 13. Nº de sesiones de cada bloque de contenidos. Elaboración propia.....	34
Tabla 14. Relación de UDD con estilos de enseñanza. Elaboración propia.	35
Tabla 15. Relación UDD con los planes de centro. Elaboración propia.	38
Tabla 16. Relación UDD con los elementos transversales. Elaboración propia.	39
Tabla 17. Interdisciplinariedad. Elaboración propia.	40
Tabla 18. Evaluación del alumnado. Elaboración propia.....	41
Tabla 19. Cuestionario evaluación de la práctica docente (alumnado). Elaboración propia...44	
Tabla 20. Evaluación de la programación por parte del profesorado. Elaboración propia.45	
Tabla 21. Relación UDD de la programación. Elaboración propia.....	46
Tabla 22. Modelo de Unidad Didáctica. Elaboración propia.	47
Tabla 23. Instrumento evaluación UD Baloncesto I. Elaboración propia.	50

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Fórmula de búsqueda. Elaboración propia.	12
Figura 2. Fórmula de búsqueda en inglés. Elaboración propia.....	13
Figura 3. Diagrama de flujo. Elaboración propia.....	17

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo tiene como finalizar unificar y plasmar, de una manera teórico-práctica los conocimientos adquiridos durante el grado de *Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, así como establecer una conexión con el periodo de prácticas en el IES M^a Casares. Fruto de esta vivencia, y al conocer más de cerca las necesidades del alumnado y el/la docente, surge la siguiente propuesta de programación didáctica de Educación Física para 2º ESO, curso con el que estuve trabajando varios meses durante mi periodo de prácticas, y el cual dispone de 3 horas semanales para trabajar los contenidos de la Educación Física gracias a su Proyecto Deportivo de Centro (PDC).

En un primer instante, se establecerá una fundamentación teórica en la cual se recogen la legislación vigente actual que rige cualquier programación, así como una serie de conceptos necesarios para entender la misma y una revisión bibliográfica sobre competencias. A continuación, se detallará la propuesta con cada una de sus unidades didácticas (la UD modelo se muestra en el cuerpo de trabajo y las restantes en el apartado anexos) y unas tablas resumen/valorativas de la misma.

En una segunda parte del trabajo, se realizará una valoración sobre la elaboración y desarrollo de este trabajo (TFG) y se establecerá una vinculación con las competencias adquiridas durante el grado, detallando los procedimientos para su consecución.

Los objetivos que se pretenden alcanzar con la elaboración de esta programación son:

- I. Elaborar una Programación Didáctica de 2º ESO, teniendo en cuenta la legislación vigente.
 - Entender la importancia de planificar y programar para conseguir unos objetivos determinados.
 - Manejar y utilizar los documentos oficiales que ordenan el sistema educativo en nuestro país, estableciendo propuestas en función de los mismos.
 - Planificar 11 unidades didácticas, en función del contexto y características del alumnado al que se dirige.
- II. Reflejar las competencias adquiridas durante el Grado, y necesarias para la elaboración de esta programación, en este trabajo.

PRIMERA PARTE: PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

2. FUNDAMENTACIÓN

En este apartado se tratarán los temas teóricos para desarrollar la programación didáctica. En el mismo se detalla un marco legislativo, un marco teórico y una revisión bibliográfica.

2.1. MARCO LEGISLATIVO

A continuación, se exponen una serie de leyes vigentes que rigen el sistema educativo de la Comunidad Autónoma de Galicia, y las cuales, se cumplen a la hora de diseñar esta programación didáctica, para garantizar sus principios.

2.1.1 NORMATIVA ESTATAL

- + Constitución Española, dónde, en el artículo 27, se reconoce el derecho a la educación y la libertad de enseñanza.
 - + Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, e incorpora objetivos tras su reforma como “introducir nuevos patrones de conducta que ubiquen la educación en el centro de nuestra sociedad y economía”. (p. 4)
 - + Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, en el que se encuentran los principios generales de la Educación Secundaria Obligatoria:
 - Su finalidad consiste en lograr que los alumnos y alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico; desarrollar y consolidar en ellos hábitos de estudio y de trabajo; prepararles para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral y formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos.
 - Se dedicará especial atención a la orientación educativa y profesional del alumnado.
 - Su organización está de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad del alumnado. Las medidas de atención a la diversidad en esta etapa estarán orientadas a responder a las necesidades educativas concretas del alumnado y al logro de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y la adquisición de las competencias correspondientes y no podrán, en ningún caso, suponer una discriminación que les impida alcanzar dichos objetivos y competencias y la titulación correspondiente. (pp. 10 – 11)
- Además, este Real Decreto contiene los elementos transversales a trabajar en la Educación Secundaria Obligatoria.
- + Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

2.1.2 NORMATIVA AUTONÓMICA (GALICIA)

- ✚ Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia, que tiene por objeto “establecer el currículo de la educación secundaria obligatoria y del bachillerato en el sistema educativo gallego, dentro del marco de distribución de competencias de la Ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, y en atención a la nueva configuración curricular que establece el agrupamiento de asignaturas en tres bloques: troncales, específicas y de libre configuración autonómica. El currículo, asimismo, regula la relación entre los objetivos, los contenidos, los criterios de evaluación, los estándares de aprendizaje evaluables y las competencias clave en las diferentes materias”. (p. 25435)
- ✚ Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia nos que se imparten as ensinanzas establecidas na Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación.
En el mismo, se concibe la atención educativa a la diversidad como “el conjunto de medidas y acciones diseñadas con la finalidad de adecuar la respuesta educativa a las diferentes características, potencialidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses y situaciones sociales y culturales de todo el alumnado. Estas medidas y acciones implican a toda la comunidad educativa y deben concretarse en propuestas curriculares y organizativas que contemplen la pluralidad de todas y cada una de las alumnas y alumnos”. (p. 37488)
- ✚ Orde do 28 de maio de 2018 pola que se aproba o calendario escolar para o curso 2018/19 nos centros docentes sostidos con fondos públicos na Comunidade Autónoma de Galicia.

2.2. MARCO TEÓRICO

En dicho apartado se abordarán los conceptos clave para entender mejor la base teórica de esta propuesta de programación, donde se explicarán conceptos como qué se entiende por Educación Física, las diferencias entre planificar y programar, los elementos de una programación, así como los distintos niveles de concreción curricular.

2.2.1 ¿QUÉ SE ENTIENDE POR EDUCACIÓN FÍSICA?

La falta de unificación de criterios en la terminología supone un gran obstáculo para los profesionales de nuestro campo. En este sentido, términos como "ejercicio físico", "gimnasia", "actividad física", "educación motriz", "educación física" e incluso el "deporte" se utilizan, en numerosas ocasiones, indistintamente, cuando en algunos casos, no tienen nada que ver (Sáenz-López Buñuel, Castillo Viera, y García Conde, 2009). Así, el término “Educación Física” puede admitir diversas interpretaciones, en función del contexto o de la persona, por lo que la primera pregunta que deberíamos hacernos es: ¿qué se entiende por Educación Física?

El concepto actual no debe limitarse al adiestramiento corporal y al desarrollo de hábitos y técnicas corporales para mejorar las capacidades físicas de un individuo. Así, Blázquez (2006) define la Educación Física como “un medio de formación completo y global de la persona sobre los aspectos motores, afectivos y sociales”. (p.19)

Otros autores, como López (2006) afirman que la Educación Física se entiende como una acción educativa que atañe a la persona en su conjunto, no sólo a su cuerpo. Forma así parte del proceso educativo y debe orientarse hacia el desarrollo de las capacidades y habilidades

instrumentales que perfeccionan y aumentan las posibilidades de movimiento, hacia la profundización en el conocimiento de la conducta motriz como organizador significativo del comportamiento humano, asumiendo actitudes, valores y normas teniendo de referencia al cuerpo y a la conducta motriz.

Después de conocer el concepto de Educación Física y así, inferir la perspectiva que se le da a la asignatura, conviene comprender la diferencia entre el concepto de planificar y programar.

2.2.2 DIFERENCIAS ENTRE PLANIFICAR Y PROGRAMAR (PROGRAMACIÓN)

En general, se hace un uso indiscriminado de conceptos como planificación, programa, programación, etc. como si fuesen sinónimos cuando, en realidad, se refieren distintos momentos de actuación claramente diferenciados. Por ello muestro a continuación una serie de definiciones porque antes de desarrollar la programación, conviene tener clara la diferencia entre planificar y programar.

La RAE define planificar como “hacer plan o proyecto de una acción”. Otros autores como Vilar (1996) definen planificación como un saber tecnológico que sirve para sistematizar conocimientos y para aproximarnos ordenadamente a las realidades sobre las que queremos intervenir. De este modo, se asocia a la idea de organizar, dar orden, coordinar, prever, algún tipo de acción con el propósito de obtener algún resultado delimitado previamente entre muchas otras posibilidades, teniendo en cuenta los medios de los que se dispone y la realidad concreta en la que nos ubicamos. Con palabras de Ander-Egg (1991) la planificación es “la acción que consiste en utilizar un conjunto de procedimientos mediante los cuales se introduce una mayor racionalidad y organización en un conjunto de actividades y acciones articuladas entre sí que, previstas anticipadamente, tienen el propósito de influir en el curso de determinados acontecimientos, con el fin de alcanzar una situación elegida como deseable, mediante el uso eficiente de medios y recursos escasos o limitados”. (p.25)

En cuanto a la programación, Contreras (1998) afirma que “supone, en suma, un conjunto de operaciones que tienen como finalidad la adecuación y estructuración del currículum general, lo que supone que se han de clasificar y contextualizar los objetivos y contenidos del currículum, establecer prioridades, técnicas didácticas, acomodación de los contenidos al contexto sociocultural, organización de la clase y hasta la integración de las actividades escolares con las extraescolares”. (p.84)

Autores como Gimeno Sacristán y Pérez Gómez (1989) hacen referencia a que la programación responde a un intento de racionalizar la práctica pedagógica de modo que ésta no discorra de forma arbitraria, sino que obedezca a un plan, a un diseño: Programar la enseñanza es establecer un diseño de como orientar la acción antes de que ocurra de como fruto de la improvisación o en forma rutinaria. Otros como López- García, Martín-Villar, Maneiro-Dios, Abelairas-Gómez, y Barcala-Fueros, (2016) la definen, en el contexto pedagógico, como el conjunto de acciones mediante las cuales se transforman las intenciones educativas más generales en propuestas didácticas concretas que permitan alcanzar los objetivos previstos. Es decir, la programación didáctica es un instrumento de vital importancia para desempeñar la labor docente, que conlleva la organización, el desarrollo y la evaluación de una especialidad, área o materia, pautada por los elementos que forman el currículo.

Dicho con otras palabras, consiste en definir el qué, cuándo y cómo enseñar y el qué, cuándo y cómo evaluar. Así, la planificación es más como una función, un procedimiento de

selección y ordenación, un concepto más general, mientras que la programación es un trabajo más concreto, por lo que es más palpable, más específico y adaptado al contexto.

Como puede observarse son conceptos que van muy parejos y entre los que existen pequeñas diferencias, hasta el punto de que pueden tener las mismas finalidades e intenciones.

2.2.3 ELEMENTOS DIDÁCTICOS

Según el RD 86/2015, se entiende por currículo la regulación de los elementos que determinan los procesos de enseñanza y aprendizaje para cada una de las enseñanzas y etapas educativas.

Este está integrado por los objetivos, las competencias, los contenidos, los criterios de evaluación, los estándares y los resultados de aprendizaje evaluables, y por la metodología didáctica, que se definirán a continuación en la siguiente tabla.

Tabla 1. Definiciones de los elementos didácticos. Elaboración propia.

	D 86/2015	AUTOR/A
OBJETIVOS	“Referentes relativos a los logros que el alumnado debe alcanzar al finalizar el proceso educativo, como resultado de las experiencias de enseñanza y aprendizaje intencionalmente planificadas para tal fin”.	“Formulaciones de carácter didáctico que expresan en forma clara y precisa los cambios de conducta que se han de operar en el alumno como efecto del proceso enseñanza-aprendizaje”. (Salcedo Galvis, 2011, p. 116)
COMPETENCIAS	“Capacidades para aplicar de manera integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, a fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos”.	“Ser competente en un ámbito de actividad o de práctica significa, desde este enfoque, ser capaz de activar y utilizar los conocimientos relevantes para afrontar determinadas situaciones y problemas relacionados con dicho ámbito”. (Coll, 2007, p. 35) “Combinación de conocimientos, capacidades y actitudes adecuadas al contexto. Las competencias clave son aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personales, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo”. (Recomendación 2006/962/EC, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre de 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente)
CONTENIDOS	“Conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa, y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se	“Los contenidos escolares son el qué de la enseñanza y se definen como el conjunto de saberes o formas culturales acumuladas por la humanidad, cuya asimilación y apropiación por parte de los alumnos, se considera valiosa y esencial para su desarrollo y socialización”. (Ganán Villafuerte y Paucar Gutiérrez, 2017, p.

	<p>clasifican en materias, ámbitos, áreas y módulos, en función de las enseñanzas, de las etapas educativas o de los programas en que participe el alumnado”.</p>	<p>15)</p> <p>En toda situación de aprendizaje, coexisten tres dimensiones de contenidos: conceptuales, procedimentales y actitudinales. (Ganán Villafuerte y Paucar Gutiérrez, 2017, p. 16)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Contenidos conceptuales</i> (saber) como son: hechos, datos, conceptos. ○ <i>Contenidos procedimentales</i> (saber hacer) como son: eje motriz cognitivo y heurístico. ○ <i>Contenidos actitudinales</i> (ser) como son: valores, actitudes, normas.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>“Referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias, y responden a lo que se pretende conseguir en cada disciplina”.</p>	<p>“Un criterio de evaluación es un objetivo de calidad que permite valorar el desempeño del estudiante, por ejemplo, en términos de precisión, suficiencia, adecuación, coherencia, creatividad, etc.”. (García-Jiménez, 2015, p. 7)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>“Especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje y que concretan lo que el alumnado debe saber, comprender y saber hacer en cada disciplina. Deben ser observables, medibles y evaluables, y permitir escalonar el rendimiento o el logro alcanzado. Deben contribuir a facilitar el diseño de pruebas estandarizadas y comparables”.</p>	<p>“Elemento de referencia y de comparación para poder evaluar lo que el educando es capaz de expresar o hacer correctamente” (Salas Perea y Salas Mainegra, 2017, p. 221)</p> <p>“Un nivel de referencia establece qué se considera un trabajo bien hecho y puede estar expresado o no en términos de estándar (el nivel mínimo o umbral)”. (García-Jiménez, 2015, p. 7)</p>
METODOLOGÍA DIDÁCTICA	<p>“Conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizados y planificados por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, a fin de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos suscitados”.</p>	<p>“Conjunto de criterios y decisiones que organiza la acción didáctica en el aula –papel que juegan los alumnos y profesores, uso de medios y recursos, número y tipo de actividades, organización de tiempos y espacios, agrupamientos, etc.– y que definen el estilo educativo del docente” (Nuñez Delgado, 2002, p. 114).</p>

2.2.4 NIVELES DE CONCRECIÓN DEL CURRÍCULO

Basándose en Del Valle y García (2007) se establecen 4 niveles de concreción curricular, que el/la docente debe tener como referencia, permitiéndole orientar el currículo (abierto y genérico) a situaciones específicas y adaptadas al contexto, al centro, grupo-aula y alumnado.

2.2.4.1 PRIMER NIVEL DE CONCRECIÓN

Las enseñanzas mínimas básicas elaboradas por el Gobierno incluyen los aspectos fundamentales del currículo con el fin de garantizar una formación común a todos los alumnos y alumnas y la validez de los títulos correspondientes.

En el primer nivel de concreción, el Gobierno proporciona los siguientes elementos:

Los objetivos generales de la etapa, los objetivos generales de cada materia, área, asignatura o módulo, los contenidos de cada materia, área, asignatura o módulo y los criterios de evaluación: es el tipo y grado de aprendizaje que, en relación con los contenidos de enseñanza de cada una de las materias, áreas, asignaturas o módulos, los alumnos deberán haber alcanzado al finalizar el curso.

2.2.4.2 SEGUNDO NIVEL DE CONCRECIÓN

El currículo es elaborado por la Administración educativa competente (Gobierno de la Comunidad Autónoma), respetando para todas las etapas los mismos elementos que en el primer nivel de concreción curricular: objetivos, contenidos y criterios de evaluación, por área, materia, asignatura, módulo, ciclo o curso.

El currículo se publica bajo la denominación de Decreto. En Galicia es el Decreto 86/2015, de 25 de junio, el que establece el currículo de la ESO y del Bachillerato.

Los contenidos básicos de las enseñanzas mínimas requieren el 55 % de los horarios escolares para las Comunidades Autónomas que tengan lengua cooficial y el 65 % para aquellas que no las tengan.

Además del currículo, cada Administración educativa deberá concretar el horario semanal de las materias, asignaturas, áreas o módulos y todo lo concerniente a la evaluación.

2.2.4.3 TERCER NIVEL DE CONCRECIÓN

Las programaciones docentes las elaborarán los equipos de profesores para desarrollar el currículo establecido por las Administraciones educativas en las que se tendrá en cuenta las necesidades y las características de los alumnos del centro. Aplicado al área de educación física: en primaria las programaciones las realizan los profesores que imparten la asignatura y en secundaria los profesores que forman parte del departamento de Educación Física.

2.2.4.4 CUARTO NIVEL DE CONCRECIÓN

La unidad didáctica es la base del desarrollo del cuarto nivel de concreción curricular como paso previo a la práctica a través de la sesión. En estas se deben atender a todos los alumnos (incluyendo los ACNEAE, los alumnos con altas capacidades intelectuales y los alumnos con integración tardía en el sistema educativo español).

Por tanto, en el desarrollo de las unidades didácticas no hay que olvidar las adaptaciones curriculares individuales (ACI) para los alumnos con otras necesidades educativas, con el objetivo de dar respuesta a la diversidad mediante la individualización de la enseñanza.

Este último punto, las ACI, algunos autores las consideran el quinto nivel de concreción, pero, de todas formas, estaría inmerso en el cuarto nivel (unidad didáctica).

2.3. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: COMPETENCIAS

2.3.1 INTRODUCCIÓN

En este trabajo se asume la revisión bibliográfica relacionada con las competencias y la programación didáctica en Educación Física. Por ello, a continuación, se presenta un par de definiciones del elemento didáctico a tratar:

El Decreto 86/2015 define competencias como “capacidades para aplicar de manera integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, a fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos”. (p. 25440)

“Ser competente en un ámbito de actividad o de práctica significa, desde este enfoque, ser capaz de activar y utilizar los conocimientos relevantes para afrontar determinadas situaciones y problemas relacionados con dicho ámbito”. (Coll, 2007, p. 35)

“Combinación de conocimientos, capacidades y actitudes adecuadas al contexto. Las competencias clave son aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personales, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo” (Recomendación 2006/962/EC, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre de 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente).

2.3.2 METODOLOGÍA

La revisión bibliográfica se ha organizado en base a la sistematización de los resultados obtenidos de cuatro bases de datos (Web of Science, Spocus, Eric y Dialnet), a partir de la combinación de las palabras clave: programación, competencias, educación física y secundaria (*programación AND "educación física" AND competencias AND secundaria.*), para profundizar más a fondo sobre el tema a abordar en este trabajo.

La búsqueda se limitó a artículos de revista publicados en los últimos seis años (2014-2019). También se restringió por idioma (inglés, español y portugués) y, posteriormente, la selección se hizo manualmente por la adecuación del título y/o resumen al tema, y, si cumplía los requisitos anteriores, se realizó una lectura del artículo completa para verificar la aceptación o no del mismo. Por último, se eliminaron los artículos repetidos en otras bases de datos para evitar la duplicidad de los mismos.

En las bases de datos de Web of Science, Spocus y Eric, fue necesaria la traducción de las palabras clave al inglés, debido a que la mayoría de las investigaciones se realizan en dicho idioma. En Dialnet, esta traducción no fue necesaria, ya que, en su mayoría, las publicaciones están en español.

Figura 1. Fórmula de búsqueda. Elaboración propia.

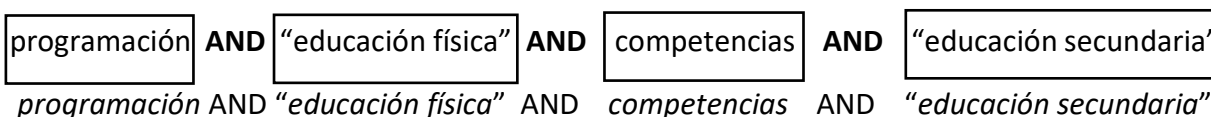
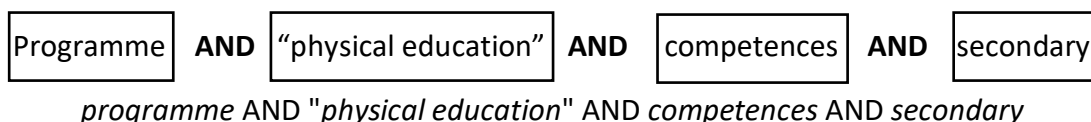


Figura 2. Fórmula de búsqueda en inglés. Elaboración propia.



Luego de definir la fórmula para realizar la búsqueda sistemática se procedió a aplicarla en cada una de las bases de datos preseleccionadas. La primera base de datos a revisar fue Web of Science.

2.3.2.1 BASE DE DATOS WEB OF SCIENCE

Para la búsqueda sistemática realizada en esta base de datos se establecieron las siguientes palabras clave: programme, "physical education", competences, secondary, seleccionadas en función del tema a tratar. Así se utilizó la siguiente fórmula de búsqueda: programme AND "physical education" AND competences AND secondary, con la que se encontraron 40 artículos sin restricciones.

Tabla 2. Búsqueda en "Web of Science". Elaboración propia.

Base de datos		WEB OF SCIENCE		
Fecha de búsqueda		11/02/2019		
Palabras clave		Programación Educación física Competencias Educación secundaria		
Estrategia de búsqueda		Programme AND "physical education" AND competences AND secondary		
Documentos totales encontrados		40		
Proceso de selección				
Criterio/filtro		Número de artículos		
		Inicial	Eliminados	Restantes
Tipo de documento	Artículo de revista	40	1	39
Años de publicación	2014-2019	39	12	27
Idioma/s	Inglés, español y portugués	27	1	26
El título no se adecúa al objeto de estudio o El resumen/abstract no se adecúa al objeto de estudio		26	23	3
Tras la lectura del texto completo el contenido no se adecúa al objeto de estudio		3	0	3
Repetidos en otra base de datos		3	0	3
Resultado final		3		

Para restringir más la búsqueda y hacerla más específica se impuso el criterio de que fueran *artículos de revista* y se eliminó un resultado, quedando los 39 restantes.

Con el fin de utilizar datos lo más actualizados posible, se restringió más la búsqueda utilizando el criterio de los *últimos 6 años*, 2014-2019, por lo que se eliminaron 12 y quedaron 27 artículos.

El siguiente criterio a utilizar fue el *idioma* y se eligieron el inglés, español y portugués, al ser idiomas con un conocimiento básico para poder entender los textos. Así, se eliminó uno, por estar escrito en coreano, y quedaron los 26 restantes.

El siguiente criterio a utilizar fue el *título y/o resumen/abstract*, por lo que se quedaron fuera 23 artículos por no adaptarse al objeto de estudio, quedando solamente 3 artículos.

Tras la *lectura* de estos, se verificó que se relacionan de manera significativa con el tema a tratar, quedando estos como el resultado final de la búsqueda.

2.3.2.2 BASE DE DATOS SCOPUS

Sobre la base de datos *Scopus* se realizó el mismo proceso que con la base de datos anterior: se establecieron las siguientes palabras clave: programme, "physical education", competences, secondary, seleccionadas en función del tema a tratar, y se incluyeron en la fórmula de búsqueda (programme AND "physical education" AND competences AND secondary) con la que se encontraron 27 artículos sin restricciones.

Tabla 3. Búsqueda en "Scopus". Elaboración propia.

Base de datos		SCOPUS		
Fecha de búsqueda		11/02/2019		
Palabras clave		Programación Educación física Competencias Educación secundaria		
Estrategia de búsqueda		Programme AND "physical education" AND competences AND secondary		
Documentos totales encontrados		27		
Proceso de selección				
Criterio/filtro		Número de artículos		
		Inicial	Eliminados	Restantes
Tipo de documento	Artículo de revista	27	3	24
Años de publicación	2014-2018	24	8	16
Idioma/s	Inglés y español	16	1	15
El título no se adecúa al objeto de estudio o El resumen/abstract no se adecúa al objeto de estudio		15	14	1
Tras la lectura del texto completo el contenido no se adecúa al objeto de estudio		1	0	1
Repetidos en otra base de datos		1	1	0
Resultado final		0		

Para hacer más específica la búsqueda se aplicó el criterio de *artículo de revista*, eliminándose 3 resultados debido a que eran tesis, libros, artículos de libro u otros, quedando 24 artículos.

Para dotar de datos actualizados en la revisión se aplicó el criterio de los últimos 5 años, 2014 – 2018, por lo que quedaron 16 resultados, tras eliminarse los 8 restantes. Y en relación

a los idiomas se puso el filtro de español e inglés, quedando fuera un artículo (escrito en coreano), y obteniendo 15 resultados.

El siguiente criterio a utilizar fue el *título y/o resumen/abstract*, por lo que se quedaron fuera 14 artículos por no adecuarse al objeto de estudio, quedando solamente 1 artículos, que se confirmaron tras la lectura de los mismos.

Finalmente se eliminó ese artículo por duplicidad en otra base de datos (Web of Science), quedando como resultado final 0 artículos.

2.3.2.3 BASE DE DATOS ERIC

Para la búsqueda sistemática realizada en esta base de datos se establecieron las siguientes palabras clave: programme, "physical education", competences, secondary, seleccionadas en función del tema a tratar. Así se utilizó la siguiente fórmula de búsqueda: programme AND "physical education" AND competences AND secondary, con la que se encontraron 66 artículos sin restricciones.

Tabla 4. Búsqueda en "ERIC". Elaboración propia.

Base de datos		ERIC		
Fecha de búsqueda		23/01/2019		
Palabras clave		Programación Educación física Competencias Educación secundaria		
Estrategia de búsqueda		Programme AND "physical education" AND competences AND secondary		
Documentos totales encontrados		66		
Proceso de selección				
Criterio/filtro		Número de artículos		
		Inicial	Eliminados	Restantes
Tipo de documento	Artículo de revista	66	26	40
Años de publicación	2014-2019	40	21	19
Idioma/s	Inglés, español y portugués	19	0	19
El título no se adecúa al objeto de estudio o El resumen/abstract no se adecúa al objeto de estudio		19	18	1
Tras la lectura del texto completo el contenido no se adecúa al objeto de estudio		1	0	1
Repetidos en otra base de datos		1	1	0
Resultado final		0		

Para restringir más la búsqueda y hacerla más específica se impuso el criterio de que fueran artículos de revista y se eliminaron 26 resultados, quedando los 40 restantes.

Con el fin de utilizar datos lo más actualizados posible, se restringió más la búsqueda utilizando el criterio de los *últimos 6 años*, 2014-2019, por lo que se eliminaron 21 y quedaron 19 artículos.

El criterio del *idioma* (inglés, español y portugués), no hizo falta utilizarlo al estar los 19 artículos escritos en inglés.

El siguiente criterio a utilizar fue el *título y/o resumen/abstract*, por lo que se quedaron fuera 18 artículos por no adaptarse al objeto de estudio, quedando solamente 1 artículo, que, tras la *lectura* del mismo, se verificó que se relacionan de manera significativa con el tema a tratar, pero que se *repetió* en otra base de datos, por lo que el resultado final fue de 0 publicaciones.

2.3.2.4 BASE DE DATOS DIALNET

Para la búsqueda sistemática realizada en “Dialnet” se establecieron las siguientes palabras clave: programación, “educación física”, competencias, secundaria, seleccionadas en función del tema a tratar. Así se utilizó la misma fórmula de búsqueda que para las anteriores bases de datos, pero traducida al español, ya que la mayoría de los resultados de esta base de datos están escritos en este idioma: programación AND "educación física" AND competencias AND secundaria, con la que se encontraron 18 artículos sin restricciones.

Tabla 5. Búsqueda en "Dialnet". Elaboración propia.

Base de datos		DIALNET		
Fecha de búsqueda		11/02/2019		
Palabras clave		Programación Educación física Competencias Educación secundaria		
Estrategia de búsqueda		Programación AND "educación física" AND competencias AND secundaria		
Documentos totales encontrados		18		
Proceso de selección				
Criterio/filtro		Número de artículos		
		Inicial	Eliminados	Restantes
Tipo de documento	Artículo de revista	18	4	14
Texto completo	Texto completo	14	0	14
Años de publicación	2014-2019	14	6	8
El título no se adecúa al objeto de estudio o El resumen/abstract no se adecúa al objeto de estudio		8	2	6
Tras la lectura del texto completo el contenido no se adecúa al objeto de estudio		6	0	6
Repetidos en otra base de datos		6	2	4
Resultado final		4		

Para hacer más específica la búsqueda se aplicó el criterio de *artículo de revista*, eliminándose 4 resultados debido a que eran tesis, libros, artículos de libro u otros, quedando 14 artículos, a cuyo *texto completo* se pudo acceder.

Para dotar la revisión de datos actualizados, se aplicó el criterio de los *últimos 6 años*, 2014 – 2019, por lo que quedaron 8 resultados, tras eliminarse los 6 restantes.

El siguiente criterio a utilizar fue el *título y/o resumen/abstract*, por lo que se quedaron fuera 2 artículos por no adecuarse al objeto de estudio, quedando 6 artículos, que se confirmaron tras la *lectura* de los mismos.

Finalmente se eliminaron 2 artículos por *duplicidad* en otras de las bases de datos anteriores, quedando como resultado final 4 artículos.

2.3.3 DIAGRAMA DE FLUJO DE LA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA



Figura 3. Diagrama de flujo. Elaboración propia.

2.3.4 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Los resultados obtenidos en las diferentes búsquedas en las bases de datos dieron un total de 7 artículos como resultado de la búsqueda sistemática en las bases de datos, los cuales se presentan a continuación en la siguiente tabla.

Tabla 6. Resultados revisión bibliográfica. Elaboración propia.

ARTÍCULO	OBJETIVO	CONCLUSIONES
(Lleixà, González-Arévalo, y Braz-Vieira, 2016)	<p>Describir las estrategias utilizadas con mayor frecuencia por los físicos docentes de educación para incorporar competencias clave en sus programas.</p> <p>Identificar el perfil de docentes y escuelas que promueven la inclusión de competencias clave en sus programas de EF.</p>	<p>Se observa que la mayoría de los docentes encuestados incluían competencias en su planificación (refleja la aceptación de este modelo en los programas de EF). Además, el potencial de la EF para desarrollar la interacción social y su carácter experiencial lo hacen particularmente adecuado para la adquisición de competencias clave. Las competencias más frecuentemente incluidas en los programas estudiados aquí fueron las habilidades sociales y de ciudadanía, la autonomía y la iniciativa personal, el aprendizaje para aprender y el conocimiento e interacción con el mundo físico.</p> <p>Las estrategias inherentes al aprendizaje basado en competencias se aplican con frecuencia en el área de la educación física, incluyendo: la integración de conocimientos, habilidades y actitudes; el enfoque de resolución de problemas; y la transferencia del aprendizaje a la vida cotidiana. Sin embargo, el análisis de resultados necesita mejoras: la incorporación de competencias clave en el currículo no ha dado lugar a cambios significativos deseables.</p> <p>Hubo diferencias significativas en las asociaciones entre ciertas características de los docentes y las escuelas y la inclusión de competencias. La formación en competencias parece ser el factor más importante. Del mismo modo, la presencia de un sistema de coordinación para tratar las competencias en las escuelas también parece ser un factor decisivo.</p>
(Lleixà, T., Capllonch. M. y González, 2015)	<p>Constatar la opinión del profesorado de Educación Física sobre la integración de las competencias básicas en sus programaciones, e identificar las estrategias utilizadas para su integración en las mismas.</p>	<p>Este artículo describe el proceso de diseño y validación de un cuestionario para conocer el grado y forma de incorporación de las competencias básicas en las programaciones de EF, por parte del profesorado especialista en los niveles de Educación Primaria y Secundaria. Atendiendo a los valores medios de las respuestas de los jueces expertos, podemos decir que todas las preguntas presentan claridad y pertinencia.</p> <p>Respecto al pilotaje, el resultado de .934 indica una excelente consistencia interna (el Alfa de Cronbach varía entre 0 y 1, siendo aceptable valores igual o superior a .7 y excelente cuando es mayor de .9).</p> <p>Los resultados muestran que el cuestionario es un excelente instrumento para verificar cuál es el nivel de penetración de las competencias básicas en las programaciones de Educación Física.</p>

(Hortigüela Alcalá, Abella García, y Pérez Pueyo, 2014)	Analizar la percepción que tienen los equipos directivos y los docentes de Educación Física de Educación Secundaria sobre el proceso de implantación, desarrollo, seguimiento y trabajo de las Competencias Básicas.	<p>En este artículo, queda de manifiesto la falta de propuestas de CCBB implantadas en los centros estudiados, reconociendo, en una gran mayoría de casos, las incoherencias con las que se actúa. Del mismo modo, el sexo del docente de EF no determina la percepción positiva que se tenga hacia el trabajo en competencias, algo que también sucede con los años de experiencia profesional, los de experiencia en el centro y los cursos de la ESO en los que se imparta docencia.</p> <p>Parece necesario que desde los centros del profesorado se imparta formación específica tanto a la inspección educativa, como a los equipos directivos, maestros y profesores, debido en parte a la disparidad de criterios que se observa. Del mismo modo, los centros educativos de secundaria deberían llevar a cabo un trabajo más interdepartamental, definiendo pautas concretas de trabajo y definiendo instrumentos de evaluación comunes para cada uno de los cursos.</p>
(Hortigüela Alcalá, Abellá García, y Pérez Pueyo, 2015)	<p>Conocer el grado de relación existente entre la tipología y las características de los centros y las consideraciones de contribución a las CCBB por parte del equipo directivo.</p> <p>Analizar cuál es el trabajo real de CCBB que se lleva a cabo en los centros educativos, relacionándolo con la percepción que tiene el docente sobre la inclusión de estas en el aula.</p> <p>Observar la planificación existente en las tareas docentes</p>	<p>En relación al primer objetivo planteado en el estudio ha quedado de manifiesto que la perspectiva de trabajo hacia las CCBB en líneas generales es positiva, pero sin embargo los equipos directivos reconocen carecer de estrategias y procedimientos para desarrollar vías de trabajo coherentes que evalúen su contribución.</p> <p>En relación a la existencia de propuestas de trabajo en los centros, se observa que la mayoría de la muestra presenta vías de actuación de manera independiente entre algunos docentes (se incluye el trabajo de las CCBB en las PD, pero sin existir un acuerdo para trabajar conjuntamente).</p> <p>Uno de los aspectos que más unanimidad ha mostrado la investigación ha sido la relación existente entre el trabajo de las competencias en los centros y la relación de estas con el desarrollo de metodologías que conexionen el aprendizaje con la realidad práctica.</p> <p>Respecto al trabajo por competencias y la percepción del docente sobre la inclusión de las mismas en el aula, en el presente estudio se ha demostrado la percepción favorable que tiene la muestra hacia el tratamiento de las competencias. Sin embargo, este aspecto no se relaciona con el trabajo real y las herramientas de puesta en práctica que realicen los propios profesores.</p> <p>Como respuesta al tercer objetivo del estudio y en relación a los docentes de EF y a la puesta en práctica de estrategias concretas en el aula que contribuyan a dicho elemento curricular, los resultados demuestran que los profesores consideran determinante abordar las competencias bajo un sistema de evaluación formativa,</p>

	<p>relacionadas con las CCBB en la EF escolar, analizando el grado de coherencia existente entre lo reflejado en la Programación Didáctica (PD) y el desarrollo de las clases.</p>	<p>entendido como ese proceso de aprendizaje constante en el que el alumno aprende en el día a día y se le permite mejorar a lo largo del transcurso del curso, no sólo al final. En este sentido y en relación a la muestra, se ha observado como la desestructuración planteada en la PD del departamento de EF repercute en una incoherencia en el tratamiento de los contenidos por niveles, no estableciéndose progresiones coherentes ni aplicando en el aula lo acordado. Se corrobora que el planteamiento superficial de contribución a las CCBB que se refleja en la programación no tiene una traducción sólida en la práctica diaria.</p> <p>Uno de los aspectos que más controversia ha generado desde la implantación de las CCBB ha sido la no inclusión de una competencia motriz, estableciendo como una carencia del currículo que el aspecto motriz no se relacione con este elemento curricular. Este aspecto además de influir en la contribución a las CCBB, incide de manera directa en la reacción de los alumnos, provocando una reacción más negativa cuando la calificación se fundamentaba únicamente en la realización de los test físicos.</p>
<p>(Zapatero-Ayuso, González-Rivera, y Campos-Izquierdo, 2017)</p>	<p>Analizar las barreras y apoyos que un grupo de profesores de Educación Física en Secundaria de la Comunidad de Madrid encuentran para desarrollar el enfoque por competencias en el desempeño de su trabajo.</p>	<p>Este estudio ha pretendido explorar en profundidad las resistencias y facilidades que el profesorado de EF participante encontró para trabajar por competencias. Los resultados permiten concluir que los participantes encuentran más barreras que facilidades para implementar el modelo en su día a día.</p> <p>Los resultados sugieren la necesidad de una intervención coherente y coordinada sobre cinco ámbitos de actuación para impulsar el modelo (administración, profesorado, alumnado, organización escolar y desarrollos curriculares).</p> <p>Otro objetivo de estudio buscaba explorar la incidencia de las reformas administrativas de la Comunidad de Madrid en el cambio hacia la LOMCE. Al respecto, los cuestionarios pusieron de manifiesto que se mantenían más barreras que apoyos para desarrollar el modelo en los contextos investigados. Esto permitió corroborar algunas de las barreras que los participantes manifestaron, al mismo tiempo que apuntaron a los mismos ámbitos de actuación para incorporar el modelo. Asimismo, y sobre este objetivo del estudio, es preciso resaltar las escasas consideraciones aparecidas sobre las facilidades para aplicar el modelo, únicamente ligadas a la formación del profesorado.</p>

<p>(Buscà Donet, Lleixà Arribas, Coral Mateu, y Gallardo Ramírez, 2016)</p>	<p>Identificar los factores que condicionan la programación por competencias, la contribución de la educación física al desarrollo de las competencias clave, y el proceso de programación que se aplica en el aula.</p>	<p>La importancia de este estudio radica en el análisis de los factores que propician y dificultan este modelo de programación en las escuelas, y en particular en la asignatura de educación física. En él se pone de evidencia que el contexto en el que se diseñan y desarrollan las programaciones por competencias, los procesos de evaluación— en especial los externos—; las creencias y formación del profesorado y el rol del equipo directivo resultan ser los factores clave. En educación física, asignatura que se considera de enorme potencial para el desarrollo de las competencias clave, los procesos de programación más significativos son aquellos que se llevan a cabo partiendo de las experiencias previas del profesorado implicado, quedando en un segundo plano las orientaciones de la administración educativa.</p>
<p>(Hortigüela Alcalá, Abella García, y Pérez-Pueyo, 2015)</p>	<p>Analizar cómo perciben los equipos directivos y los docentes de EF la incorporación de las CCBB en las programaciones didácticas, así como la organización y planificación del trabajo de aula a partir de las mismas. Observar el tipo de metodología y evaluación empleada por los docentes de EF en relación a la contribución de las CCBB, analizando tanto su percepción como la de los alumnos.</p>	<p>Ha quedado de manifiesto la importancia que los equipos directivos otorgan a las CCBB. A pesar de que su percepción sea positiva, los equipos directivos reconocen carecer de estrategias para desarrollar procedimientos que evalúen su contribución y su verdadero desarrollo. En relación a la existencia de propuestas de trabajo en los centros, hemos observado que la mayoría de los docentes trabajan de manera independiente, sin existir propuestas comunes. Esta falta de trabajo conjunto provoca una concepción errónea en la contribución a las competencias, al no adaptarse a sus características. Uno de los aspectos en los que los docentes del estudio más unanimidad han mostrado, ha sido la relación existente entre el trabajo de las competencias con el desarrollo de metodologías que conexasen el aprendizaje con la realidad práctica, idea que conecta con la importancia que otorgan los docentes al uso de las CCBB vinculadas al fomento de la reflexión por parte del alumno, para lograr un mejor aprendizaje. En relación a los docentes de EF y a la puesta en práctica de estrategias que contribuyan a las competencias, los resultados demuestran que los profesores consideran determinante abordar este elemento curricular bajo un sistema de evaluación formativa. Por otro lado, uno de los aspectos que más controversia ha generado desde la implantación de las CCBB ha sido la no inclusión de una competencia motriz, algo que han solido reivindicar los docentes de EF. Este aspecto además de influir en la contribución a las CCBB, incide de manera directa en la percepción de los alumnos, provocando una reacción más negativa cuando la calificación se</p>

		<p>fundamentaba únicamente en la realización de los test físicos.</p> <p>Continuando con la parte cualitativa del estudio, se ha reflejado cómo la desestructuración planteada en la PD del departamento de EF repercute en una incoherencia en el tratamiento de los contenidos por cursos, no estableciéndose progresiones coherentes ni aplicando en el aula lo reflejado en el documento. Se corrobora que el planteamiento superficial de contribución a las CCBB que se indica en la programación no tiene una traducción sólida en la práctica diaria.</p>
--	--	---

2.3.5 DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La búsqueda sistemática se organizó entorno a investigaciones sobre las competencias (elemento didáctico) limitadas a los últimos 5 años. Al analizar los artículos seleccionados fue necesario clasificarlos en diferentes dimensiones: algunos tratan una dimensión en concreto, mientras que otros tratan todas las dimensiones en su conjunto.

En cuanto al *proceso de implementación de competencias*, se observa que la gran mayoría de los docentes incluyen competencias en sus programaciones, y que le otorgan gran importancia a las mismas, por lo que en líneas generales la perspectiva de trabajo es positiva, tanto de profesores/as como alumnos/as. (Hortigüela Alcalá, Abellá García, et al., 2015; Lleixà et al., 2016)

A pesar de esta buena actitud, las *propuestas de trabajo* y la actuación del equipo docente se produce de manera aislada, sin existir propuestas comunes, por lo que provoca la pérdida de la esencia de los que supone contribuir a las competencias. (Hortigüela Alcalá, Abellá García, et al., 2015)

También, se habla de la importancia de utilizar metodologías interdisciplinares, y que conecten el aprendizaje con la realidad práctica, para que exista una contribución verdadera a las competencias. (Hortigüela Alcalá et al., 2014)

En cuanto a la *evaluación empleada por los docentes de EF en relación a la contribución de las competencias*, el equipo docente considera determinante abordar este elemento curricular bajo un sistema de evaluación formativa, entendido como ese proceso de aprendizaje constante en el que al alumno se le permite mejorar a lo largo del transcurso del curso, no sólo al final. (Hortigüela Alcalá, Abella García, et al., 2015)

Parece necesario que se imparta una formación específica, para poder eliminar las *dificultades y barreras en este modelo de programación en los centros educativos*, ya que actualmente se encuentran más barreras que facilidades para implementar el modelo en su día a día. (Zapatero-Ayuso et al., 2017)

Uno de los artículos (Lleixà, Capllonch. y González, 2015), describe el *proceso de diseño y validación de un cuestionario*, mostrando que es excelente instrumento para verificar cuál es el nivel de penetración de las competencias básicas en las programaciones de Educación Física.

2.4 CONTEXTUALIZACIÓN

En este apartado se recoge una breve contextualización del centro al que va dirigida esta propuesta de programación para poder desarrollar y entender la misma.

2.4.1 LOCALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL CENTRO

El lugar para el que se desarrolla la programación es un centro educativo, llamado IES “María Casares” y se localiza en la Avenida Ernesto Che Guevara, 140, 15179 Liáns, A Coruña.

Un punto fuerte a destacar es que dispone de la playa de Bastiagueiro, a menos de un kilómetro, que posibilita la práctica de actividades en la playa, tanto acuáticas como terrestres. Además, cuenta con unos bonitos paisajes, como el parque de las Galeras, el Castillo de Santa Cruz, etc. y un monte al lado del instituto ideales para hacer rutas de senderismo, orientación y actividades al aire libre en el medio natural. También cuenta en las proximidades con la facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, un “Skate Park” y una pista de Tenis que posibilita la utilización de sus instalaciones por parte del alumnado.

Con el fin de regular e incrementar las actividades físico-deportivas que llevan a cabo en las instalaciones del centro, tanto en horario escolar como extraescolar, y utilizar el deporte como canal para otros conocimientos surge la creación del Proyecto Deportivo de Centro (PDC), regulado por este departamento.

Gracias a este PDC, es el único centro de la comarca que apostó por la 3ª hora semanal de EF en 1º y 2º de ESO (sustituyendo una de las optativas de libre configuración). Además, el departamento de EF organiza los Recreos Activos, ya que así se detalla en el PDC, para potenciar la actividad física entre el alumnado, programa que cuenta con gran número de participantes.

Es por esto por lo que el instituto pretende mantener un programa específico de actividades físicas y deportes en el tiempo de recreo, que permita la participación de la mayor parte del alumnado, ayudando a fomentar los hábitos de práctica deportiva y utilizando el deporte para un trabajo conjunto con otros departamentos

2.4.2 INSTALACIONES Y MATERIAL DEL CENTRO

El centro está constituido por un edificio de tres plantas y un sótano, en donde encontramos diferentes aulas, laboratorios, talleres, despachos, etc.

Desde el punto de vista de la EF, cuenta con gran variedad de instalaciones, que permiten desarrollar multitud de contenidos:

- ✚ Un *gimnasio* pequeño (22m x 11m apróx.), pero en el que se pueden trabajar contenidos que no impliquen mucha movilidad del grupo.
- ✚ Un *pabellón polideportivo municipal* cubierto, (disponible en horario escolar) con una pista de 45x25 metros y suelo de PVC, en un estado de conservación muy bueno. Dispone en un lateral de una grada de piedra y cuenta con un rocódromo (en buen estado). Dentro del pabellón se encuentra la puerta del almacén, que no es muy grande, y dispone de vestuarios justo en la entrada del polideportivo.

- ✚ Dos *pistas exteriores* de 40x20 metros aproximadamente, de cemento en un estado aceptable. Si el tiempo lo permite, pueden ser utilizadas en las sesiones de EF.

A mayores hay que destacar, que es un centro con muchísima variedad, y gran cantidad de material. Por lo que también se pueden trabajar muchos contenidos y desarrollar todas las unidades didácticas propuestas en la programación.

2.4.3 CARACTERÍSTICAS SOCIOAFECTIVAS Y MOTRICES DEL ALUMNADO DEL CURSO AL QUE SE DIRIGE LA PROGRAMACIÓN

El estudiantado de esta edad inicia una etapa de desarrollo y cambios: la preadolescencia. Algunos de los cambios más comunes que experimenta se asocian a:

- ✚ *Desarrollo físico*: la actividad hormonal empieza a alterarse y sufren distintas modificaciones a nivel fisiológico. Debido a esta actividad se pueden encontrar inquietos, irritables, con dificultades para atender y concentrarse, etc. además, hay que sumarle las transformaciones corporales que empiezan a desarrollarse, a distinto ritmo entre todo el estudiantado, y puede provocar complejos y miedos.
- ✚ *Desarrollo intelectual*: entran en una nueva etapa de pensamiento, que le permite realizar razonamientos más elaborados.
- ✚ *Desarrollo social*: se produce una integración social más consolidada, y adquiere gran importancia el grupo de amigos. Aunque la familia no desaparece como agente socializador básico, los amigos son una fuente de modelos con los que identificarse y aparece el sentimiento de pertenecer a un grupo social.

Todos estos cambios provocan dificultades para definirse y desarrollan distintas conductas para ir elaborando una “nueva identidad”.

Debido a que el desarrollo madurativo se produce antes en las mujeres que, en los hombres, es típico encontrar esas situaciones dentro de las aulas. Además, es importante diferenciar entre edad biológica y cronológica, porque de ahí vienen estas diferencias.

El alumnado de 2º de ESO de este centro es muy variado, pero en líneas generales se mantiene la tendencia. En cuanto al desarrollo motor, se observan grandes diferencias de unos a otros (y más teniendo en cuenta a alumnos repetidores, ya que a estas edades una diferencia de un par de años es abismal a nivel madurativo), por lo que se recalca la importancia del principio de la individualidad, aunque no siempre se aplica rigurosamente, ya que en la mayoría de las situaciones es incompatible con el desarrollo de la asignatura.

Más de la mitad del estudiantado no practica deporte de manera regular, lo que implica que la condición física no sea la óptima y deseada, aunque el lado positivo es que a estas edades existe gran capacidad de adaptación, por lo que se vuelve a recalcar la importancia de una buena intervención docente).

2.5 DIAGNÓSTICO (ANÁLISIS DAFO)

Debido al tema de este TFG (programación didáctica) no es necesario la elaboración de un diagnóstico, ya que viene determinado por el contexto del centro educativo y la legislación vigente que regula la programación, entre otros.

3. DESARROLLO DE LA PORPUESTA

A continuación, se muestran las unidades didácticas establecidas para esta programación, para poder hacer un análisis de esta, respecto a los elementos didácticos establecidos en la legislación. Además, se establece la planificación anual y el cronograma de las mismas.

Tabla 7. Unidades didácticas de la programación. Elaboración propia.

NÚMERO DE LA UD	NOMBRE DE LA UD
1	ACTITUD Y TRABAJO CONTINUO
2	“SALVANDO VIDAS” (PRIMERIOS AUXILIOS)
3	“SIGUE MOVIÉNDOTE” (RESISTENCIA II)
4	“BALÓN AL ARO” (BALONCESTO I)
5	“REGRESO AL PASADO” (JUEGOS POPULARES)
6	“ME PONGO EN FORMA” (FUERZA Y VELOCIDAD II)
7	“QUE VUELE LA PLUMA” (BÁDMINTON I)
8	“VAMOS A BAILAR” (ZUMBA)
9	“SOBRE COLCHONETAS” (HABILIDADES GIMNÁSTICAS)
10	“COGEMOS EL STICK” (FLOORBALL I)
11	“CAMINANDO POR LA VIDA” (SENDERISMO)

3.1 PLANIFICACIÓN ANUAL DE UNIDADES DIDÁCTICAS

En la siguiente tabla se puede visualizar el número y cuáles son las unidades didácticas que se desarrollan en cada uno de los trimestres del curso.

Tabla 8. Planificación anual de las unidades didácticas. Elaboración propia.

	1 TRIMESTRE				2 TRIMESTRE			3 TRIMESTRE			
2 ESO	UD 1										
	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11	

3.2 CRONOGRAMA

Se “dejarán libres” el 10% de las sesiones para tener como colchón en el caso de surgir algún imprevisto. Así en 2º de ESO en el primer trimestre se desarrollarán las unidades didácticas en 34 sesiones (de 38 en total), en el segundo trimestre 36 de 40 y en el tercero 22 de 25.

Cada cuadrado representa una sesión, pero en el caso de trabajar dos unidades didácticas simultáneamente, cada cuadrado representa ½ sesión.

Tabla 9. Cronograma. Elaboración propia.

2º ESO																								
1º TRIMESTRE																								
UD 2																								
UD 3																								
UD 4																								
UD 5																								
2º TRIMESTRE																								
UD 6																								
UD 7																								
UD 8																								
3º TRIMESTRE																								
UD 9																								
UD 10																								
UD 11																								

3.3 CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

Con esta programación, se pretende que el alumnado alcance la adquisición de las competencias clave, y así poder garantizar un pleno desarrollo personal, social y profesional de este, que se ajuste a las demandas de la sociedad, tal y como establecen las orientaciones de la Unión Europea.

A continuación, se detalla la consecución todas y cada una de las competencias, producida al desarrollarse esta programación didáctica.

3.3.1 COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL)

No es una de las competencias más trabajadas, pero por ello no quiere decir que no sea importante. Se trabaja específicamente en 3 de las 11 unidades didácticas, destacando su presencia en la unidad transversal que se desarrolla durante todo el curso.

La CCL, es el resultado de la acción comunicativa dentro de prácticas sociales determinadas, en las cuales el individuo actúa con otros interlocutores y a través de textos en múltiples modalidades, formatos y soportes (ORDEN ECD, p. 6991)

Para trabajar con los contenidos conceptuales, el alumnado deberá leer, y a veces, redactar, información de diferente procedencia: desde apuntes facilitados por el/la docente en formato físico o digital, o a través de una propia búsqueda informativa. Además, en algunas de las actividades deportivas, deberán conocer el reglamento, haciendo una lectura crítica y reflexiva sobre algunos de los aspectos más importantes para el desarrollo de tales unidades didácticas.

En la unidad didáctica 1, de carácter transversal, el alumnado puntualmente dirigirá el calentamiento/vuelta a la calma, y deberá de saber transmitir la información necesaria a el resto de los compañeros.

En la unidad 5, de juegos populares, el alumno aprenderá a transmitir información de formas menos habituales como es a través de la web (“videopaper”), transmitiendo seguridad y conocimiento en la exposición.

En la unidad didáctica 6, fuerza y velocidad II, el alumnado empezará a adquirir un vocabulario más técnico y deberá identificar los músculos más representativos del cuerpo humano, lo mismo sucede con la unidad didáctica 9 (habilidades gimnásticas) en la que el alumnado deberá describir alguna de las habilidades a trabajar.

Está formada por un conjunto de destrezas que implica la interacción con los demás (oralidad, escritura, etc.), por lo que, en mayor o menor medida, se trabaja durante toda la programación.

3.3.2 COMPETENCIA MATEMÁTICA Y COMPETENCIAS BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA (CMCCT)

Esta competencia, se trabaja de manera directa en 4 de las unidades didácticas, en las que se trabaja la competencia matemática al requerirse conocimientos sobre los números, las medidas y las estructuras, así como de las operaciones y las representaciones matemáticas, y la comprensión de los términos y conceptos matemáticos. (orden p. 6993)

También se desarrolla las competencias en ciencia y tecnología al ser necesario abordar los saberes o conocimientos científicos que permitan utilizar y manipular herramientas y máquinas tecnológicas, así como utilizar datos y procesos científicos para alcanzar un objetivo; es decir, identificar preguntas, resolver problemas, llegar a una conclusión o tomar decisiones basadas en pruebas y argumentos. (orden)

A continuación, se desarrolla el cómo se trabaja de manera directa esta competencia en la programación, aunque indirectamente se pueda trabajar en muchas otras:

- ✚ En la unidad didáctica *transversal*, es necesario tomar decisiones basadas en pruebas y argumentos (el porqué de las diferentes fases de la sesión, sus ejercicios, etc.)
- ✚ Lo mismo sucede con *primeros auxilios* dónde es necesario entender por qué se hace de esa manera y no de otra para acordarse y ejecutar las técnicas con eficacia en caso de ser necesario.
- ✚ En la unidad didáctica de *resistencia* se trabaja directamente con la frecuencia cardíaca, métodos para medirla, etc.
- ✚ Y en la unidad 11, de *senderismo*, se trabaja con escalas, distancias, ritmos, etc.

3.3.3 COMPETENCIA DIGITAL (CD)

La adquisición de esta competencia implica el uso creativo, crítico y seguro de las TICS, dentro de la programación, se trabaja en las siguientes unidades didácticas:

- ✚ Resistencia y Fuerza y velocidad, donde se realizará una búsqueda informativa sobre la importancia de esta capacidad física para las personas en su vida cotidiana.
- ✚ Juegos populares, en la cual será necesario recopilar información de diversos juegos, así como conocer diferentes instalaciones cercanas para practicarlos, en caso de ser necesario, etc.
- ✚ Zumba, en la que el alumno utilizará las TICS como método para preparar coreografías y para realizar vídeos de sus coreografías que serán evaluados.
- ✚ Senderismo, en la que se utilizarán aplicaciones como “Google Earth” y mapas de “IberPix” para desarrollar los contenidos de esta unidad didáctica.

Los apuntes y algunas tareas de determinadas unidades didácticas se subirán al aula virtual del instituto, lo que implica el uso de las TICS. Pero este tipo de actividades no se tienen en cuenta para la adquisición de esta competencia al ser tareas facilitadas y de cómodo acceso para cualquier niño/a. Por eso, solo se seleccionaron las unidades didácticas anteriormente citadas.

3.3.4 APRENDER A APRENDER (CAA)

Es una de las competencias más trabajadas en esta programación (se adquiere durante toda la programación), debido al alto contenido de unidades didácticas desarrolladas bajo estilos de enseñanza no directivos. Por esto, el alumnado se siente automotivado en el aprendizaje (se involucra en el mismo) y conoce y controla los propios procesos de aprendizaje para ajustarlos a los tiempos y las demandas de las tareas y actividades que conducen al mismo.

3.3.5 COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS (CSC)

Al ir dirigida la programación a niños/as de 2º de ESO, es muy importante trabajar esta competencia, y enseñarle la importancia de la participación democrática en la sociedad. Se pretende que el alumnado abandone ese egocentrismo típico de la infancia, y que, a través de un proceso de maduración, sepa trabajar y convivir en grupo, asumiendo sus deberes y responsabilidades.

Por ello, el enfoque que se pretende dar a los deportes colectivos es el de aprender a trabajar en equipo y saber resolver situaciones garantizando el bienestar colectivo y no

únicamente el bienestar propio. Así, se establecerán consignas durante los partidos que implique la participación de todo el alumnado.

Dicha competencia se incluye en la unidad didáctica transversal, además de las longitudinales como: primeros auxilios, resistencia, baloncesto, juegos populares, zumba, floorball, senderismo.

3.3.6 SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR (CSIEE)

Implica adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto (orden).

Al igual que con la CAA y CSC, es una de las más trabajadas. Se trabaja fundamentalmente en las unidades didácticas desempeñadas bajo estilos de enseñanza no directivos, en las que se le otorga gran protagonismo al alumnado y tiene que gestionar sus actos para alcanzar los objetivos propuestos.

La gran importancia que tiene esta competencia para la vida cotidiana del alumnado justifica la utilización de este tipo de estilos de enseñanza, favoreciendo la independencia y una maduración que facilitará su desenvolvimiento en todos los ámbitos de la vida.

3.3.7 CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES (CCEC)

La CCEC implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos. También incorpora un componente expresivo referido a la propia capacidad estética y creadora y al dominio de aquellas capacidades relacionadas con los diferentes códigos artísticos y culturales, para poder utilizarlas como medio de comunicación y expresión personal. Además de manifestar interés por la participación en la vida cultural y por contribuir a la conservación del patrimonio cultural y artístico, tanto de la propia comunidad como de otras comunidades. (orden)

Por todo ello esta competencia se trabaja con unidades como Zumba, al incorporarse técnicas de expresión relacionadas con la estética y lo creativo, y en la unidad de juegos populares, con la que se busca el respeto hacia esas prácticas deportivas y preservarlas.

Tabla 10. Relación UDD con competencias. Elaboración propia.

RELACIÓN UNIDADES DIDÁCTICAS CON COMPETENCIAS											
	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11
CCL											
CMCCT											
CD											
CAA											
CSC											
CSIEE											
CCEC											

3.4 OBJETIVOS

Con el desarrollo de esta programación didáctica, se trabajarán todos los objetivos de etapa propuestos en el Decreto 86/2015, aunque unos tienen mucha mayor implicación en la misma que otros.

Como se observa en la siguiente tabla, los objetivos más trabajados son en *g* y el *m*, debido a su implicación directa con la participación y el funcionamiento del cuerpo. En ellos se incide en la adquisición de hábitos de cuidado y salud corporal, respeto de las diferencias, la toma de decisiones, asumir responsabilidades, etc. por lo que es lógico, que se trabaje en todas las unidades didácticas debido a su implicación directa en cada una de estas.

Los siguientes objetivos más trabajados son el *a* y el *b*, que se desarrollan en 8 y 9 unidades didácticas de la programación, respectivamente. Hacen referencia a la aceptación de los derechos y deberes y la idoneidad de trato hacia los demás, así como el desarrollo de hábitos de estudio y trabajo como condición necesaria para el aprendizaje y desarrollo personal.

A continuación, se presenta una tabla donde se establece la relación de los objetivos de etapa (establecidos en el Decreto 86/2015) con las unidades didácticas de la programación, los estándares de aprendizaje y los objetivos didácticos de cada unidad didáctica. Estos, están enumerados de tal forma que el primer número indica el número de la unidad didáctica a la que pertenece y el siguiente número, separado por un punto, al número de objetivo dentro de la misma (por ejemplo, el objetivo didáctico 8.2 hace referencia al segundo objetivo de la unidad didáctica 8). Este método de denominación se seguirá también para los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

Tabla 11. Relación UDD con objetivos. Elaboración propia.

O. ETAPA DECRETO 86/2015	UD	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DECRETO 86/2015	O. DIDÁCTICOS
a	1, 4, 5, 7, 9, 10, 11	EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3 EFB4.2.1, EFB4.2.3, EFB4.2.4, EFB4.1.1 EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4 EBF1.4.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB4.1.5	1.6, 4.1, 4.4, 5.1, 7.1, 7.2, 9.3, 10.1, 10.4, 11.3
		EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB2.1.1, EFB2.1.3, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4	1.1, 3.3, 3.4, 4.2, 4.3, 5.2, 6.1, 6.2, 6.4, 7.2, 7.3, 7.4, 8.1, 8.3, 9.2, 9.3, 10.2, 10.3
c	1, 11	EFB1.3.3, EBF1.4.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB4.1.1, EFB4.1.5	1.2, 11.3
d	1, 4, 7, 8, 10, 11	EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.3, EBF1.4.3, EFB2.1.3, EFB2.1.4, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.1.5, EFB4.2.1, EFB4.2.3, EFB4.2.4	1.2, 1.6, 4.4, 7.2, 8.3, 8.4, 10.4, 11.3
e	5, 8, 11	EFB1.4.1, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB2.1.3	5.3, 8.3, 11.1
f	3, 6	EFB3.1.1, EFB3.2.1, EFB3.2.4	3.1, 3.2, 6.3, 6.5
g	1, 2, 3, 4, 5, 6,	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.4.3,	1.1, 1.4, 1.5, 2.1, 2.2, 2.3, 3.3, 3.4, 4.2, 5.2,

	7, 8, 9, 10, 11	EFB2.1.3, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.1.5, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4	6.1, 6.2, 6.4, 7.1, 7.2, 7.3, 7.4, 8.3, 9.1, 9.2, 9.3, 10.2, 11.1, 11.2, 11.3, 11.4, 11.5
h	5, 9	EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB4.1.3	5.3, 9.4
i	5	EFB1.5.1, EFB1.5.2	5.3
l	1, 8, 11	EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.4.3, EFB2.1.1, EFB3.2.1, EFB3.2.3, EFB4.1.5	1.2, 1.4, 8.1, 11.1, 11.4
m	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.3, EFB3.1.2, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.1.6, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.1.5, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4	1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 2.1, 2.2, 2.3, 3.3, 3.4, 4.1, 4.2, 4.3, 5.2, 6.1, 6.2, 6.4, 7.2, 7.3, 7.4, 8.1, 8.2, 8.3, 9.1, 9.2, 9.3, 10.1, 10.2, 10.3, 11.1, 11.3
n	1, 2, 8, 11	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.3, EFB2.1.4, EFB4.1.1, EFB4.1.5	1.1, 2.2, 8.1, 8.2, 8.3, 8.4, 11.3
ñ	8, 11	EFB1.4.1, EFB2.1.1	8.1, 11.1
o	5	EFB1.5.1, EFB1.5.2	5.3

3.5 CONTENIDOS

“Los contenidos se agrupan en bloques, lo que no supone una secuencia ni implica una organización cerrada; por el contrario, permite organizar de diferentes formas los elementos curriculares y adoptar la metodología más adecuada a las características de los aprendizajes y del grupo de alumnos y alumnas a quienes van dirigidos” (Decreto 86/2015, p. 25437)

A continuación, se muestra una tabla donde se visualiza la secuenciación de contenidos (y sus respectivos bloques) en cada una de las unidades didácticas de la programación, y la relación de los contenidos adaptados con los que marca el decreto 86/2015.

Tabla 12. Relación UDD con contenidos. Elaboración propia. Elaboración propia.

UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUE CONTENIDOS	CONTENIDOS DECRETO 86/2015	CONTENDIOS ADAPTADOS
1	1 y 3	B1.1 B1.2 B1.3 B1.4 B1.5 B1.6 B1.7 B1.8 B1.9 B1.10 B1.12 B3.2	1.1 Fases de activación y recuperación. (B1.1, B1.2) 1.2 Prevención de riesgos. (B.10) 1.3 Condición física y salud. (B1.8, B3.2, B3.4, B3.6, B3.10) 1.4 Control de la intensidad y esfuerzo durante la AF. (B1.5) 1.5 Estereotipos y eliminación de prejuicios (B1.4, B1.9) 1.6 Identificación de entornos para la práctica deportiva (B1.6)

		B3.4 B3.6 B3.10	1.7 Actitud y comportamiento positivo (B1.3, B1.7, B1.12)
2	1	B1.10 B1.11	2.1 Prevención de riesgos en las actividades físico-deportivas. (B1.10) 2.2 Obstrucción de la vía respiratoria. (B1.11) 2.3 RCP. (B1.11) 2.4 Botiquín básico. (B1.10) 2.5 Protocolo básico de actuación (PAS). (B1.11)
3	3	B3.1 B3.3 B3.4 B3.5 B3.7 B3.8 B3.9	3.1 Tipos de resistencia: aeróbica y anaeróbica (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8) 3.2 Medición del pulso cardíaco (B3.4) 3.3 Técnica de carrera y postura corporal. (B3.9)
4	4	B4.1 B4.4 B4.5 B1.5	4.1 Pase (pecho, picado, béisbol). (B4.1, B4.4) 4.2 Bote. (B4.1, B4.4) 4.3 Tiro. (B4.1, B4.4) 4.4 Entrada a canasta. (B4.1, B4.4) 4.5 Posición de defensa. (B4.1, B4.4) 4.6 Aspectos técnico-tácticos de transición al ataque. (B4.4, B5.5) 4.7 Aspectos técnico-tácticos de balance defensivo. (B4.4, B4.5) 4.8 Conocimientos básicos y esenciales del reglamento. (B4.1, B4.4) 4.9 Cooperación y trabajo en equipo (B4.5, B1.5)
5	4 y 1	B4.1 B4.2 B1.13 B1.14	5.1 Juegos populares de la Comunidad Autónoma de Galicia (B4.1, B4.2). 5.2 Búsqueda informativa sobre los juegos populares gallegos (B1.13, B1.14)
6	3	B3.1 B3.3 B3.5 B3.7 B3.8 B3.9	6.1 Velocidad cíclica. 6.2 Fuerza-resistencia tren superior. (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8) 6.3 Fuerza-resistencia tren inferior. (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8) 6.4 Fuerza-resistencia core. (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8)

			6.5 Trabajo concéntrico, isométrico y excéntrico (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8)
			6.6 Técnica correcta de ejecución (B3.9)
7	4	B4.1 B4.4 B4.5	7.1 Saque (corto y largo) (B4.1, B4.2) 7.2 Golpeos (lob, clear, drive, revés, drop, smash) (B4.1, B4.2) 7.3 Agarre de raqueta (B4.5) 7.4 Colocación de la red (B4.1) 7.5 Reglamento (B4.1, B4.2) 7.6 Posición básica (B4.1) 7.7 Desplazamientos en el campo (B4.1, B4.2)
8	2	B2.1 B2.2 B2.3	8.1 Sentido del ritmo. (B2.1) 8.2 Desplazamientos en diferentes direcciones. (B2.1) 8.3 Modulación del movimiento en función de la música (coreografía). (B2.1, B2.2, B2.3) 8.4 Pasos básicos de zumba. (B2.1)
9	4	B4.1 B4.2	9.1 Equilibrios (plancha, equilibrio invertido). (B4.1, B4.2) 9.2 Voltereta hacia delante y hacia atrás. (B4.1, B4.2) 9.3 Rueda lateral. (B4.1, B4.2) 9.4 Desplazamientos. (B4.1, B4.2) 9.5 Saltos básicos. (B4.1, B4.2)
10	4	B4.1 B4.4 B4.5	10.1 Integración del implemento en el esquema corporal. (B4.1) 10.2 Pase y recepción. (B4.1, B4.2) 10.3 Lanzamiento. (B4.1, B4.2) 10.4 Conducción. (B4.1, B4.2) 10.5 Intercepción. (B4.2) 10.6 Reglamento. (B4.1, B4.2)
11	1 y 4	B1.6 B1.7 B4.3	11.1 Ruta por el monte. (B4.3) 11.2 Técnicas de orientación básicas: orientación por mapa. (B4.3) 11.3 Equipaje y material adecuado. (B1.6) 11.4 Respeto al medio ambiente. (B1.7) 11.5 Utilización del medio natural como escenario deportivo. (B1.6)

En la siguiente tabla (tabla 15), se puede observar el número de sesiones del curso que se dedica a trabajar cada uno de los bloques de manera específica (se indica el bloque de contenidos principal de cada unidad didáctica, ya que algunas trabajan dos).

Tabla 13. N° de sesiones de cada bloque de contenidos. Elaboración propia.

BLOQUE DE CONTENIDOS	Nº SESIONES
BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA	8
BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS	12
BLOQUE 3. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD	23
BLOQUE 4. JUEGOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS	49
<i>El bloque 1, en realidad, se trabaja de manera continua en las 92 sesiones (UD: Actitud y trabajo continuo)</i>	TOTAL 92

La programación tiene una gran carga del bloque de contenidos 4 (juegos y actividades deportivas), porque en los primeros cursos de la ESO, se pretende dar un componente más lúdico y recreativo a la asignatura (formas jugadas, etc.), y profundizar más en el perfeccionamiento de las técnicas y sistemas de juego en cursos más avanzados, acorde a su nivel madurativo. Además, una razón principal de esta principal diferencia entre bloques es que se introducen deportes “sin género”, en los que tanto niños como niñas parten de un nivel inicial similar y pueden sentirse igual de competentes. Así, se favorece la inclusión del colectivo femenino en la actividad física en todo tipo de actividades, y no sólo, principalmente, en las actividades artístico-expresivas, que también se trabajan debido a su grandísimo potencial formativo, a pesar de tener solo una carga de 12 sesiones en la programación de este curso. El bloque de contenidos 3 se trabaja específicamente en un número determinado de sesiones, aunque en realidad, el aspecto de la condición física se trabaja paralelamente a lo largo de todo el curso mediante el desarrollo de las demás unidades didácticas. Lo mismo sucede con el bloque de contenidos comunes (bloque 1).

Las unidades didácticas, en general, tienen un número elevado de sesiones porque se parte de la idea de que no prima la cantidad, sino la calidad. Así se prefiere trabajar menos unidades didácticas y darla una mayor calidad (tiempo para la adquisición de aprendizajes), y no dar pinceladas de muchos contenidos, que no suelen ser significativos. Además, en algunas unidades didácticas del bloque 4, se pretende dedicar las últimas sesiones de cada una para organizar un torneo entre el alumnado de la misma clase y al introducir el componente competitivo, favorecer la adhesión y la involucración del mismo.

Lo que se pretende con esta programación es plantear una propuesta inclusiva y no segregadora en cuanto a género y favorecer la inclusión de todo el estudiantado independientemente de sus diferencias. De ahí esa distribución de las unidades didácticas en la programación propuesta.

3.6 ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS

La programación sigue las recomendaciones metodológicas del Decreto 86/2015, en el que se detalla que la metodología didáctica en esta etapa será principalmente activa y participativa, favoreciendo el trabajo individual y el cooperativo del alumnado, así como la consecución de los objetivos y la adquisición de las competencias correspondientes.

Para ello las sesiones serán diseñadas para que tengan un carácter fundamentalmente práctico y vivencial, adecuado siempre a las posibilidades y ritmos de aprendizaje del grupo.

Se buscará que, en cada una de las mismas, el compromiso motor y el tiempo de actividad motriz sea el más elevado posible, debido a la importancia que se le otorga al movimiento (al ser una de las pocas horas en las que el alumnado se moviliza a lo largo de la jornada escolar). Por ello, la teoría se explicará progresivamente en las sesiones práctica a medida que se vaya vivenciando, de manera que el alumnado pueda establecer asociaciones y que el aprendizaje sea lo más significativo posible.

3.6.1 ESTILOS DE ENSEÑANZA

A continuación, se muestra una tabla en el que se visualizan los estilos de enseñanza a utilizar en cada unidad didáctica.

Tabla 14. Relación de UDD con estilos de enseñanza. Elaboración propia.

RELACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS CON LOS ESTILOS DE ENSEÑANZA											
	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11
MANDO DIRECTO											
ASIGNACIÓN DE TAREAS											
ENSEÑANZA RECÍPROCA											
DESCUBRIMIENTO GUIADO											
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS											

Como se puede observar, hay una gran utilización de los estilos de enseñanza no directivos (descubrimiento guiado y resolución de problemas), debido al enfoque que se le da a la programación para hacer al alumnado protagonista del aprendizaje y favorecer la autonomía, el sentido crítico y espíritu emprendedor.

Habitualmente, y sobre todo en los deportes, en las primeras sesiones predominarán estilos de enseñanza más directivos (asignación de tareas o mando directo) para que el alumnado consolide distintas habilidades específicas necesarias desarrollar la unidad didáctica. Pero se finalizará cada unidad didáctica con estilos más cognitivos, planteando tareas muy similares a la realidad (partidos, etc.) para que el alumno aplique lo aprendido.

3.6.2 ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

“La intervención educativa debe tener en cuenta como principio la diversidad del alumnado, entendiendo que de este modo se garantiza el desarrollo de todos/as los/las alumnos/as y una atención personalizada en función de las necesidades de cada persona. Los mecanismos de refuerzo, que se deberán poner en práctica tan pronto como se detecten dificultades de aprendizaje, podrán ser tanto organizativos como curriculares”. (Decreto 86/2015, p. 25448)

En cada unidad didáctica, respetando al decreto, se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarán los diferentes niveles de aprendizaje.

En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión, realizará actividades como las propuestas a continuación:

- ✚ Participará elaborando calentamiento y vuelta a la calma en función de las características de las sesiones.
- ✚ Participará en el arbitraje de partidos.
- ✚ Colaborará en la organización del material y el espacio.
- ✚ Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.

El objetivo de las mismas es que todo el alumnado, pueda alcanzar los objetivos previamente marcados, aunque el “camino” sea diferente. Es decir, que independientemente de las condiciones individuales de cada persona, esta pueda alcanzar el éxito al igual que sus demás compañeros/as. Se podrán realizar adaptaciones curriculares si la situación lo requiere.

3.7 RECURSOS DIDÁCTICOS

3.7.1 INSTALACIONES

La mayor parte de las sesiones se desarrollarán en el pabellón del que dispone el centro, pero depende de los horarios y la coincidencia con otros grupos. Por ello en el caso de que el pabellón esté ocupado por otro grupo, se trabajarán en el gimnasio las unidades didácticas planteadas.

En el caso de que las condiciones lo requieran, y si es posible, se trabajarán los días de pabellón las unidades didácticas que requieran de mayor espacio (como los deportes) y los días de gimnasio las unidades didácticas que impliquen menor desplazamiento. Debido a esta posibilidad, las unidades didácticas están agrupadas por trimestres de manera que se puedan hacer estos planteamientos alternativos (combinar bádminton con fuerza o floorball con zumba, por ejemplo).

Si el tiempo meteorológico es favorable, también se utilizarán las pistas exteriores para desarrollar los contenidos.

3.7.2 RECURSOS MATEIRALES

En cuanto a los recursos materiales, el centro educativo cuenta con suficiente material, y en buen estado, para desarrollar todas las unidades didácticas propuestas sin ningún inconveniente.

En el caso de que el material sea limitado, se establecerán trabajos en varias estaciones o en microgrupos para salvar dicho problema.

3.7.3 LIBRO DE TEXTO Y FUENTES DE INFORMACIÓN

La asignatura de Educación Física no dispone de libro de texto. Los contenidos conceptuales se trabajarán a través de apuntes facilitados por el profesor en el aula virtual del centro educativo, así como los propios apuntes del alumnado que recoge de las explicaciones del profesor/a.

3.7.4 RECURSOS INFORMÁTICOS Y TECNOLÓGICOS

En función del contenido, se utilizarán diferentes recursos digitales para complementar o apoyar las explicaciones del profesor (presentaciones, representaciones gráficas, etc.).

En unidades como la de zumba, se podrá utilizar vídeos de coreografías y soportes musicales de la web.

Además, el centro cuenta con la plataforma SIXA, en la que se publica toda la información referente al centro y por la cual se mantiene la comunicación con el resto de equipo docente y se informa a los padres del rendimiento académico y comportamiento de sus hijos/as.

3.8 PLANES DE CENTRO

A continuación, se comentarán y explicarán los diferentes planes y proyectos que se desarrollarán a través de las diferentes unidades didácticas de esta programación.

3.8.1 PLAN LECTOR

En determinadas unidades didácticas, el/la profesor/a utilizará apuntes para comprender los contenidos conceptuales de las mismas (a parte de las explicaciones).

En unidades didácticas como las de condición física, se mandará buscar información en artículos sobre temas relacionados con dichas unidades didácticas, que el alumno deberá leer y comprender. Además, en la unidad de juegos populares se realizarán lecturas mediante las búsquedas informativas necesarias para elaborar el portafolio de juegos.

En otras, como la unidad didáctica de habilidades gimnásticas se facilitarán fichas donde el alumnado tenga que comprender las descripciones de las actividades para seguir la sesión.

Cabe destacar, que todos los textos facilitados, utilizarán un lenguaje que pueda ser comprendido por la mayoría del grupo.

3.8.2 PLAN INTEGRAL DE CONVIVENCIA

La finalidad del mismo es mantener una relación cordial y de respeto con los demás. Se trabajarán en unidades didácticas que impliquen en trabajo en equipo (cooperación) y/o la oposición con los demás compañeros, entendida esta como una interacción no violenta. Todo

esto inculcará una serie de valores positivos en el alumnado para mantener un clima y una convivencia sana mediante pautas como:

- ✚ Respetar los horarios y ritmos de la clase.
- ✚ Respetar las orientaciones y directrices del/la profesor/a u responsable.
- ✚ Respetar a los compañeros y sus ritmos de aprendizaje.
- ✚ Hacer un uso correcto de las instalaciones y materiales.
- ✚ Etc.

3.8.3 PLAN TIC

Se desarrollará al utilizar diferentes recursos informáticos y tecnológicos para el desarrollo de las unidades didácticas. Así, se trabajará al solicitar la búsqueda de información para ampliar, aclarar o elaborar trabajos o mediante el apoyo de estos recursos para desarrollar las sesiones (presentaciones, vídeos, etc.).

Este plan toma protagonismo en unidades didácticas como la de juegos populares, en la que hay que realizar un portafolio de juegos, o en zumba, en la que se utilizan vídeos de coreografías como soporte para realizar las coreografías.

Tabla 15. Relación UDD con los planes de centro. Elaboración propia.

RELACIÓN ENTRE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS Y LOS PLANES DE CENTRO											
	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11
PLAN LECTOR											
PLAN INTEGRAL DE CONVIVENCIA											
PLAN TIC											

3.9 ELEMENTOS TRANSVERSALES

“Sin perjuicio de su tratamiento específico, en algunas de las asignaturas de cada etapa, la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional se trabajarán en todas las asignaturas”. (Decreto 86/2015, p. 9)

La asignatura de Educación Física es un medio adecuado para la consecución de estas actitudes y valores, debido a las características de la misma. A continuación, se detalla cómo se trabaja cada uno de los temas.

3.9.1 EDUCACIÓN CÍVICA Y CONSTITUCIONAL

Con el desarrollo de las unidades didácticas señaladas en la tabla 18, se pretende que el alumnado adquiera las normas de convivencia, los valores sociales y los hábitos que le permitan participar de manera responsable.

Tiene gran incidencia en esta programación (se trabaja específicamente en 8 de las 10 UDD, incluyendo la transversal) debido a la importancia de educar al alumnado en valores que le permita desarrollar buenas actitudes en cualquier ámbito de desarrollo personal.

3.9.2 COMPRENSIÓN LECTORA

Se trabaja en 9 unidades didácticas, para que el alumnado adquiriera hábitos de lectura y a través de la misma sea capaz de comprender los textos y extraer la información relevante.

3.9.3 EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

Junto a la comunicación audiovisual, son los temas transversales menos trabajados, pero por ello no quiere decir que sean los menos importantes, debido al carácter práctico y el gran compromiso motivador que se le quiere dar a la asignatura.

3.9.4 COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL

Se trabaja específicamente en 2 unidades didácticas por lo argumentado en el elemento transversal anterior. Debido a esto, se desarrollan las exposiciones de trabajo de manera online y se evalúan las coreografías de zumba por vídeos, para que el alumno pueda introducir la cámara como elemento con el que jugar en sus exposiciones/composiciones.

3.9.5 TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN

El tratamiento de este elemento transversal se basa en el enfoque de que el alumnado desarrolle el uso responsable de las nuevas tecnologías, como fuente de búsqueda de información.

3.9.6 EMPRENDIMIENTO

Es otro de los temas transversales más protagonistas en la programación, debido a que se busca que el alumnado afronte con madurez las situaciones y problemas de su vida cotidiana, sin temor a tomar decisiones ni asumir responsabilidades.

Debido a su importancia se trabaja específicamente en 8 de las 10 unidades didácticas, incluyendo la de carácter transversal, como se muestra en la siguiente tabla.

Tabla 16. Relación UDD con los elementos transversales. Elaboración propia.

RELACIÓN ENTRE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS Y LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES											
	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11
ED. CÍVICA Y CONSTITUCIONAL											
COMPRENSIÓN LECTORA											
EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA											
COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL											
TICS											
EMPRENDIMIENTO											

3.10 INTERDISCIPLINARIEDAD

El trabajo interdisciplinar presenta temas no sólo desde el punto de vista de una materia concreta, sino complementándose con otras, fomentando en el alumnado un aprendizaje significativo. De esta manera, después de analizar las posibilidades para combinar elementos curriculares relacionados entre la asignatura de Educación Física y otras materias, se ha diseñado una propuesta didáctica para 2º ESO que presentamos a continuación.

Tabla 17. Interdisciplinariedad. Elaboración propia.

INTERDISCIPLINARIEDAD											
	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11
FÍSICA Y											
QUÍMICA											
MATEMÁTICAS											
LENGUA Y											
GALLEGA											
LITERATURA											
MÚSICA											
GEOGRAFÍA E											
HISTORIA											

3.11 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

En este apartado se incorporan aquellas actividades relacionadas directamente con la programación y que contribuyen al desarrollo de capacidades y habilidades adquiridas bajo situaciones diferentes a las sesiones de Educación Física. Se utilizarán como un medio complementario para profundizar en contenidos directamente relacionados con la asignatura de Educación Física.

Las actividades que se ofertan en función de la programación y las unidades didácticas son:

- ✚ **Recreos activos:** Afecta a todas las unidades didácticas, con el objetivo de que el alumnado pueda acceder a la práctica deportiva dentro del horario de recreo para poder practicar, de forma autónoma, el deporte o contenido que se esté tratando en ese momento.
- ✚ **Salida de Zumba:** Actividad ofertada por el “Concello de Oleiros”, sirviendo como complemento para la unidad didáctica de zumba. La actividad será gratuita, se desarrollará en el complejo deportivo de Dorneda y tendrá una duración de 2 horas.

4. EVALUACIÓN

4.1 EVALUACIÓN DEL ALUMNADO

En la siguiente tabla se detalla por cada unidad didáctica, y para cada estándar de aprendizaje adaptado de las mismas, los instrumentos de evaluación utilizados.

Tabla 18. Evaluación del alumnado. Elaboración propia.

UD	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE ADAPTADO	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
1	1.1 (EFB1.1.1, EFB1.1.2)	Planilla de observación
	1.2 (EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2)	Planilla de observación
	1.3 (EFB1.4.1, EFB1.4.3, EFB3.2.2, EFB3.2.3)	Planilla de observación
	1.4 (EFB1.1.3, EFB1.3.3, EFB3.2.1, EFB3.2.4)	Examen teórico
2	2.1 (EFB1.4.3)	Planilla de observación + Examen práctico
	2.2 (EFB1.4.3)	Planilla de observación + Examen práctico (rúbrica)
	2.3 (EFB1.4.3)	Planilla de observación
	2.4 (EFB1.4.1, EFB1.4.2)	Planilla de observación + Examen teórico
3	3.1 (B3.1.1, B3.1.4, B3.1.5, B3.2.1, B3.2.2, B3.2.3, B3.2.4)	Examen práctico (rúbrica)
	3.2 (EFB3.1.1, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4)	Examen práctico (rúbrica)
	3.3 (EFB3.1.1, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4)	Examen teórico
4	4.1 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)	Examen práctico (rúbrica) + Examen teórico
	4.2 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)	Examen práctico (rúbrica) + Examen teórico
	4.3 (EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3)	Examen práctico (rúbrica) + Examen teórico
5	5.1 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.4)	Planilla de observación
	5.2 (EFB4.1.3)	Rúbrica portafolio
	5.3 (EFB1.5.1, EFB1.5.2)	Rúbrica portafolio
6	6.1 (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)	Examen práctico (rúbrica)
	6.2 (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)	Examen práctico (rúbrica)
	6.3 (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)	Examen práctico (rúbrica)
	6.4 (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)	Examen práctico (rúbrica)
	6.5 (EFB3.1.1, EFB3.1.5, EFB3.2.4)	Examen teórico
7	7.1 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2 EFB4.2.3, EFB4.2.4)	Planilla de observación
	7.2 (EFB4.1.3)	Examen teórico
8	8.1 (EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.3)	Examen práctico (rúbrica)
9	9.1 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)	Rúbrica coevaluación + Examen teórico
	9.2 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)	Rúbrica coevaluación +

		Examen teórico
	9.3 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)	Rúbrica coevaluación + Examen teórico
	9.4 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)	Rúbrica coevaluación + Examen teórico
10	10.1 (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2 EFB4.2.3, EFB4.2.4)	Planilla de observación
	10.2 (EFB4.1.3)	Examen teórico
11	11.1 (EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.4.1, EBF1.4.3, EFB4.1.1, EFB4.1.5)	Planilla de observación

Como se puede observar en la tabla, se evalúan todos y cada uno de los estándares que exige el Decreto 86/2015 para 2º de ESO.

La evaluación del alumnado será predominantemente criterial, es decir, en el cual se comparan los datos obtenidos con un criterio que el/la docente determina con anterioridad. Se evaluarán contenidos procedimentales, conceptuales y actitudinales, teniendo en cuenta el proceso, antes que el resultado (proceso de mejora).

El proceso de evaluación se desarrollará a través de las preguntas: qué, cómo y cuándo evaluar.

✚ ¿Qué evaluar?

Se evaluarán todas las dimensiones de contenidos: tanto contenidos procedimentales, actitudinales, como conceptuales.

✚ ¿Cómo evaluar?

La evaluación se llevará a cabo a través de diferentes instrumentos en función del contenido a evaluar. En líneas generales, se utilizarán planillas de observación para evaluar los contenidos comunes (comportamiento, actitudes, etc.) y dominio de contenidos específicos de las unidades didácticas, aunque para estos también se utilizarán los exámenes prácticos (test, etc.). Los contenidos conceptuales se evaluarán a través de exámenes teóricos, trabajos o simplemente por las preguntas realizadas durante las sesiones.

✚ ¿Cuándo evaluar?

Se evaluará previamente (*evaluación inicial*) para hacer un primer diagnóstico del alumnado y poder enfocar las actividades de las unidades didácticas a sus necesidades. La *evaluación continua*, que tendrá gran protagonismo debido a la evaluación del proceso, *evaluaciones formativas* para orientar al alumnado antes de realizar las *evaluaciones sumativas*, en caso de ser necesarias.

4.1.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Para poder llevar a cabo el proceso de evaluación, se requiere un seguimiento del alumnado a lo largo de todas las sesiones. Para ello, y con el objetivo de evaluar el progreso de cada uno/a, se establecen evaluaciones iniciales que se puede desarrollar en forma de preguntas al alumnado, una prueba inicial o la simple observación.

Los instrumentos de evaluación se adaptarán a cada uno de los contenidos, utilizando procedimientos económicos a la hora de llevarlos a la práctica. Algunos instrumentos utilizados son las rúbricas, las planillas de observación, las pruebas prácticas y los exámenes teóricos, como se vio anteriormente con detalle (tabla 20).

4.1.2 CALIFICACIÓN

Debido a la importancia que se le otorga al proceso (y no solamente el resultado) y al trabajo continuo en la programación se evaluarán, mediante una evaluación continua, los contenidos transversales, integrados en la unidad didáctica 1 ponderando un 60%, evaluados en cada sesión a través de una planilla de observación, quedando un 25% para la nota de habilidad motriz y el 15% restante para la prueba teórica/trabajo (en caso de no realizarse esta última, la habilidad motriz ponderará un 40%).

El requisito para pasar la asignatura es tener una valoración positiva en la participación y el comportamiento (al menos 3 puntos sobre 5) y tener una media total igual o superior a 5.

Del 60% de contenidos comunes, ponderará un 25% la participación, 25% el comportamiento y el 10% restante, la higiene.

✚ *Participación (25%):* Se valorará la actitud y participación durante las clases de Educación Física de carácter transversal en todas las Unidades Didácticas.

Se elaborará una tabla con cuatro posibles notas (mal, regular, bien y muy bien)

- Mal: 0
- Regular: 1
- Bien: 1.75
- Muy bien: 2.5

Se contabilizan al final del trimestre y se multiplica cada nota por el número de veces y se suma, para después hacer la media total.

✚ *Comportamiento (25%):* Cumplimiento de las normas preestablecidas de comportamiento durante las clases de Educación Física de carácter transversal en todas las Unidades Didácticas.

Se elaborará una tabla con cuatro posibles notas (mal, regular, bien y muy bien)

- Mal: 0
- Regular: 1
- Bien: 1.75
- Muy bien: 2.5

Se contabilizan al final del trimestre y se multiplica cada nota por el número de veces y se suma, para después hacer la media total.

✚ *Higiene (10%):* Cumplimiento de las normas de higiene preestablecidas de carácter transversal en todas las Unidades Didácticas.

El sistema establecido en este porcentaje será la media de las notas de cada día en base a una tabla donde voy marcando una puntuación a cada alumno en función de:

- No se cambia: 0
- Se cambia la camiseta: 0.3
- Se pasa una toalla húmeda y se cambia la camiseta: 0.7
- Se ducha y se pone ropa limpia: 1

Si el alumno/a no asiste a una sesión, en ese día se le pone un 0 en cada apartado, por lo que le baja la media final.

Los criterios de habilidad motriz se especifican en los instrumentos de evaluación de cada una de las unidades didácticas

4.2 EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

En este apartado se detalla cómo se llevará a cabo la evaluación de la práctica docente y de la programación, por parte del alumnado y del profesorado.

El objetivo de la misma es poder mejorar la eficacia del profesor y/o programación para futuras actuaciones.

4.2.1 EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Se llevará a cabo por parte del/la propio/a docente como por parte del alumnado.

- ✚ *Alumnado*: a través de un cuestionario anónimo al finalizar el curso.
- ✚ *Profesorado*: autoevaluación reflexiva sobre el trabajo y compromiso dedicado, el cumplimiento de la programación, etc.

Se tratan temas sobre el dominio de los contenidos, planificación del curso, estrategias métodos y técnicas, comunicación, evaluación y satisfacción general.

Tabla 19. Cuestionario evaluación de la práctica docente (alumnado). Elaboración propia.

PREGUNTAS	VALORACIÓN				
	1 (Muy mal) - 5 (excelente)				
Explica de manera clara los contenidos de la asignatura.	1	2	3	4	5
Resuelve las dudas relacionadas con los contenidos de la asignatura.	1	2	3	4	5
Cumple con los acuerdos establecidos al inicio de la asignatura o UD.	1	2	3	4	5
Durante el curso establece las estrategias adecuadas necesarias para lograr el aprendizaje deseado.	1	2	3	4	5
Adapta las actividades para atender las necesidades del alumnado.	1	2	3	4	5
Promueve actividades participativas que me permiten colaborar con mis compañeros con una actitud positiva.	1	2	3	4	5
Presenta y expone las clases de manera organizada y estructurada.	1	2	3	4	5
Desarrolla la clase en un clima positivo y agradable.	1	2	3	4	5

Escucha y toma en cuenta las opiniones de los estudiantes.	1	2	3	4	5
Identifica los conocimientos y habilidades de los estudiantes al inicio de la asignatura o de cada unidad para medir el progreso.	1	2	3	4	5
Realiza una evaluación adecuada al trabajo realizado en el aula y al alumnado.	1	2	3	4	5
En general, pienso que es un buen docente.	1	2	3	4	5
Estoy satisfecha o satisfecho por mi nivel de desempeño y aprendizaje logrado gracias a la labor del docente.	1	2	3	4	5

4.2.2 EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

También se llevará a cabo por parte del/la propio/a docente como por parte del alumnado.

- ✚ **Alumnado:** se realizará integrado en un mismo cuestionario con el de evaluación docente. Se realizarán preguntas sobre qué le parecen las unidades didácticas propuestas y cómo les gustaría que fuese (propuestas de UUD y/o mejora de las ya existentes), además de otros comentarios y sugerencias.
- ✚ **Profesorado:** Esta evaluación se hará en momentos clave, por ejemplo, al finalizar cada trimestre y una valoración al final del curso, en la que se incluyan temas sobre la coherencia de la programación, el cumplimiento de objetivos, la adecuación de los contenidos e instrumentos de evaluación al alumnado, la satisfacción general (motivación), etc.

Tabla 20. Evaluación de la programación por parte del profesorado. Elaboración propia.

PREGUNTAS	VALORACIÓN				
	1 (Muy mal) - 5 (excelente)				
La programación presenta cierto grado de coherencia interna y con las demás asignaturas del curso.	1	2	3	4	5
Las diferentes actividades programadas permiten la consecución de los objetivos propuestos.	1	2	3	4	5
La programación se adecua al tiempo disponible para la asignatura.	1	2	3	4	5
Los contenidos seleccionados permiten desarrollar adecuadamente los criterios de evaluación fijados.	1	2	3	4	5
Los contenidos seleccionados son variados	1	2	3	4	5
Los instrumentos de evaluación están adaptados y son variados, permitiendo evaluar los criterios de evaluación planteados.	1	2	3	4	5
La metodología prevista es variada y permite la consecución de objetivos, fomentando climas de trabajo positivos y enriquecedores.	1	2	3	4	5
Se contemplan medidas de atención a la diversidad.	1	2	3	4	5
El grado de satisfacción con la programación didáctica es el esperado.	1	2	3	4	5
El grado de motivación del alumnado con la programación es adecuado.	1	2	3	4	5

4.3 UNIDADES DIDÁCTICAS

A continuación, se vuelve a mostrar la relación de las unidades didácticas de esta programación.

Tabla 21. Relación UDD de la programación. Elaboración propia.

NÚMERO DE LA UD	NOMBRE DE LA UD
1	ACTITUD Y TRABAJO CONTINUO
2	“SALVANDO VIDAS” (PRIMERIOS AUXILIOS)
3	“SIGUE MOVIÉNDOTE” (RESISTENCIA II)
4	“BALÓN AL ARO” (BALONCESTO I)
5	“REGRESO AL PASADO” (JUEGOS POPULARES)
6	“ME PONGO EN FORMA” (FUERZA Y VELOCIDAD II)
7	“QUE VUELE LA PLUMA” (BÁDMINTON I)
8	“VAMOS A BAILAR” (ZUMBA)
9	“SOBRE COLCHONETAS” (HABILIDADES GIMNÁSTICAS)
10	“COGEMOS EL STICK” (FLOORBALL I)
11	“CAMINANDO POR LA VIDA” (SENDERISMO)

De todas estas, una de ellas, se presentará en el cuerpo del trabajo como modelo de unidad didáctica, y las demás se desarrollarán en el apartado [anexos](#), ya que todas las UDD siguen la misma estructura.

4.3.1 MODELO DE UNIDAD DIDÁCTICA

A continuación, se presenta la unidad didáctica de “Balón al aro” (baloncesto I) como modelo de unidad didáctica.

Tabla 22. Modelo de Unidad Didáctica. Elaboración propia.

UD 4: “BALÓN AL ARO” (BALONCESTO I)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	15	TRIMESTRE	1º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 4 (Juegos y Actividades deportivas). Con el desarrollo de la unidad didáctica, al igual que con los demás deportes colectivos, se inculcan una serie de valores éticos y sociales como el respeto a los demás, al árbitro y al reglamento, el trabajo en equipo, la cooperación, etc. trabajando la competencia social y cívica (CSC) en la que se basa esta unidad didáctica. Se pretende dar un enfoque “multi-deporte” a los primeros cursos para que el alumnado adquiera diferentes destrezas y vivencie una multitud de modalidades deportivas y que pueda seguir practicando de forma autónoma en horario extraescolar.</p> <p>Además, gracias al baloncesto, se trabaja la coordinación óculo-manual, la manipulación de un móvil, la dimensión espacio-temporal, etc.</p> <p>Se desarrollará junto a la unidad didáctica “sigue moviéndote” (resistencia) para hacer la asignatura más amena por parte del alumnado.</p>					
JUSTIFICACIÓN	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de transferir contenidos de unidades didácticas de 1º de ESO a este curso y debido a la gran potencialidad formativa de los deportes colectivos. Además de dar una base muy amplia de experiencias motrices tras la propuesta de distintas unidades didácticas en los dos primeros cursos de la ESO.</p> <p>En cursos más avanzados se le dará una visión más táctica al juego real, mientras que en estos primeros cursos la visión es más lúdica.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
	CAA CSIEE CSC	a b g m d	B4.1 B4.4 B4.5 B1.5	B4.1 B4.2 B1.2	EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3 EFB4.1.4 EFB4.2.1 EFB4.2.2 EFB4.2.3 EFB4.2.4 EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	<i>Bloque 4. Juegos y Actividades deportivas</i> <i>Bloque 1. Contenidos comunes en la Educación Física</i>
						PLANES DE CENTRO
						<i>Plan lector:</i> Se requerirá leer y comprender el reglamento deportivo. <i>Plan de convivencia:</i> Será imprescindible el trabajo en equipo y cooperación y el trato con respeto tanto al propio equipo como al ajeno.
						ELEMENTOS TRANSVERSALES
						<i>Educación cívica y constitucional.</i> Mediante la idoneidad de trato al equipo propio y al ajeno. <i>Comprensión lectora.</i> A través de la lectura y aprendizaje de reglas básicas y documentos. <i>Emprendimiento.</i> Mediante la búsqueda de soluciones en las tareas abiertas planteadas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	4.1 Conocer y aplicar las reglas básicas del baloncesto en diferentes situaciones de práctica o de juego. (a, m) (EFB4.1.1) 4.2 Conocer y ejecutar adecuadamente habilidades específicas simples del baloncesto (pase, bote, entrada a canasta, lanzamiento) conociendo métodos para su mejora. (b, m, g) (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4) 4.3 Aplicar principios de organización ofensiva y defensiva. (b, m) (EFB4.2.2, EFB4.2.4) 4.4 Colaborar y participar activamente en las actividades propuestas con actitud crítica y respetando las diferencias individuales. (a, d) (EFB4.2.1, EFB4.2.3, EFB4.2.4, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3)	
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	4.10 Pase (pecho, picado, béisbol). (B4.1, B4.4) 4.11 Bote. (B4.1, B4.4) 4.12 Tiro. (B4.1, B4.4) 4.13 Entrada a canasta. (B4.1, B4.4) 4.14 Posición de defensa. (B4.1, B4.4) 4.15 Aspectos técnico-tácticos de transición al ataque. (B4.4, B5.5) 4.16 Aspectos técnico-tácticos de balance defensivo. (B4.4, B4.5) 4.17 Conocimientos básicos y esenciales del reglamento. (B4.1, B4.4) 4.18 Cooperación y trabajo en equipo (B4.5, B1.5)	
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos distintos estilos de enseñanza. En la mayor parte de las sesiones predominará estilos de enseñanza no directivos para favorecer la implicación del alumnado. Pero, en las primeras sesiones se utilizarán estilos de enseñanza más directivos para que el alumnado consolide distintas habilidades específicas necesarias para darle fluidez y continuidad al juego, así como algunos aspectos básicos del reglamento del deporte. Se finalizará la unidad didáctica con tareas muy similares al juego real, utilizando la resolución de problemas para que el alumnado pueda aplicar los contenidos desarrollados durante la unidad didáctica.	ESTILOS DE ENSEÑANZA Resolución de problemas. Descubrimiento guiado. Asignación de tareas.
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarán los diferentes niveles de aprendizaje. En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión: a. Participará en el arbitraje de partidos. b. Colaborará en la organización del material y el espacio. c. Realizará un resumen o comentario de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.

RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Canastas ○ Balones de baloncesto ○ Balones de otras características ○ Conos ○ Actas de partido ○ Silbatos ○ Globos ○ Petos
TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Pases estáticos + bote estático + juego de los 10 pases</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Pases estáticos y dinámicos + bote estático y dinámico (relevos) + juego de los 10 pases</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Pases estáticos y dinámicos + bote estático + Bote dinámico (espejo) + posición defensiva + partidos</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Pases dinámicos + Bote estático + Bote dinámico (espejo) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Circuito (pase, bote, entrada, tiro libre) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 6:</i> Circuito (pase, bote, entrada, tiro libre) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 7:</i> Circuito (pase [evaluación], bote, entrada, tiro libre) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 8:</i> Circuito (pase, bote [evaluación], entrada, tiro libre) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 9:</i> Circuito (pase, bote, entrada [evaluación], tiro libre) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 10:</i> Circuito (pase, bote, entrada, tiro libre [evaluación]) + partidos</p> <p><i>SESIÓN 11 y 12:</i> Trabajo lúdico (juego del 21, la bombilla, K.O, etc.)</p> <p><i>SESIÓN 13, 14 y 15:</i> Torneo baloncesto</p>
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>4.1 Ejecutar 10 pases alternando los tipos de pase vistos en clase, con la ayuda de un compañero situado a 3 metros que también alterna el tipo de pase, sabiendo describir sus formas de realización. (B4.1)</p> <p>4.2 Ejecutar 5 lanzamientos de tiro libre, sabiendo describir su forma de realización. (B4.1)</p> <p>4.3 Jugar un partido de baloncesto 4 vs 4 de 5', aplicando los elementos técnico-tácticos propuestos en clase, el juego limpio y conociendo y respetando el reglamento. (B4.2, B1.2)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>4.1 Describe con claridad la forma de realización de los distintos tipos de pase y ejecuta al menos un tipo de pase con la técnica adecuada y enviando el balón a las manos de su compañero. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>4.2 Describe con claridad y utiliza la técnica adecuada en el lanzamiento del balón, enviando el balón a canasta. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>4.3 Aplica el juego limpio, los elementos técnico-tácticos de manera coherente durante el partido y arbitra de manera conjunta por parte de todos los jugadores (auto-arbitraje), identificando las faltas cometidas. (EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Examen práctico (rúbrica) → EA: 4.1, 4.2, 4.3</p> <p>Examen teórico → EA: 4.1, 4.2, 4.3</p>

4.3.1.1 EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA DE BALONCESTO I

PRUEBA DE EVALUACIÓN: Realizar una serie de pruebas durante el desarrollo de la unidad didáctica (pase y tiro libre), mostrar buena actitud y comportamiento durante el desarrollo de la unidad didáctica, y desenvolverse en el juego real.

Plan lector:

Leer reglamento básico de baloncesto disponible en el aula virtual y aplicarlo en las sesiones.

En las sesiones prácticas

Realiza con la técnica adecuada el tiro libre (0.25 puntos)

- Flexiona las piernas previamente al tiro (0.05)
- Sujeta adecuadamente el balón (0.05)
- Da una trayectoria adecuada al balón (0,05)
- Mete canasta (o en su defecto, el balón toca el aro) (0.1)

Realiza correctamente el pase (0.25 puntos)

- Ejecuta correctamente el pase de pecho (0.05)
- Ejecuta correctamente el pase picado (0.05)
- Ejecuta correctamente el pase de béisbol (0.05)
- Envía la mayoría de los pases al destino previsto (0.1)

Se desenvuelve bien en el juego real (0.5 puntos)

- Aplica varios tipos de pase en función de la situación (0.1)
- Bota el balón sin dirigir la atención al mismo (0.1)
- Ejecuta un buen marcaje defensivo (0.1)
- Emplea la entrada a canasta cuando se encuentra cerca de la canasta (0.1)
- Busca el juego en equipo y no busca el juego individual o de unos cuantos (0.1)

Tabla 23. Instrumento evaluación UD Baloncesto I. Elaboración propia.

ALUMNO/A	TIRO LIBRE (0,25)	PASES (0,25)	PARTIDO (0,5)	TOTAL 1P	OBSERVACIONES

SEGUNDA PARTE: REFLEXIÓN SOBRE LAS COMPETENCIAS ADQUIRIDAS Y LAS MEJORAS IDENTIFICADAS

5. ANÁLISIS DE LAS COMPETENCIAS

A continuación, se detalla el breve análisis realizado sobre las competencias empleadas y adquiridas durante la elaboración de este Trabajo Fin de Grado (TFG).

5.1 COMPETENCIAS NECESARIAS PARA LA REALIZACIÓN DEL TFG, GRADO DE ADQUISICIÓN

Para el desarrollo de este trabajo, se han tenido en cuenta los aprendizajes recibidos durante toda la etapa formativa, así como las experiencias vividas a lo largo de todas y cada una de las asignaturas. Todo este proceso me ha llevado a la adquisición de unas competencias que he utilizado para realizar este trabajo, que, a continuación, paso a detallar.

A1

Comprender los beneficios del deporte como experiencia de ocio para ser capaz de incluir los indicadores fundamentales en la planificación y atender a los mismos en el desarrollo de la práctica de ocio, considerando el género, la edad y la discapacidad, y analizando con enfoque crítico las estrategias de discriminación positiva.

Esta competencia, ha tenido vital importancia durante la elaboración de este TFG, ya que estuvo presente durante la elaboración de todas y cada una de las unidades didácticas con la finalidad de establecer un proceso de enseñanza-aprendizaje eficaz para todo el alumnado.

La contribución de materias como *Juegos y Recreación Deportiva*, *Sociología y Actividad Física y Deporte Adaptado* aportan las herramientas para hacer frente a la diversidad, y asignaturas como *Pedagogía*, *Proceso de Enseñanza-Aprendizaje*, *Planificación del Proceso de Enseñanza Aprendizaje* y *Prácticum* han aportado conocimientos para planificar o llevar a cabo estrategias para lograr un proceso de enseñanza-aprendizaje más eficaz.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A2

Comprender los procesos históricos de las actividades físico-deportivas y su influencia en la sociedad contemporánea, estudiando el caso de España y Galicia, y la presencia diferenciada de los hombres y de las mujeres.

Esta competencia ha estado presente a la hora de atender a las estrategias y metodologías para lograr una coevaluación y atender a las diferencias individuales de cada uno/a.

No se hace referencia de manera directa a los procesos históricos del deporte, pero en líneas generales me ha servido para contextualizar y encaminar esta propuesta de programación.

La asignatura que más aportó a la adquisición de esta competencia ha sido la de *Historia de la Actividad Física y el Deporte*, aunque podemos destacar otras como *Sociología*, más enfocada a la perspectiva de género.

Grado de adquisición de la competencia

Bajo

A3

Conocer y analizar la cultura deportiva y proponer los cambios necesarios, en la propia y en la de las personas con las que trabaja, desde la ética y el juego limpio, las diferencias de género y la visibilidad de los discapacitados.

Relacionada con la anterior, esta competencia también se trabaja en esta propuesta de programación, al ser uno de los objetivos de la misma el inculcar al alumnado valores de respeto hacia las diferencias, ya sea de género, culturales, religión, discapacidad, etc.

Las dos materias clave para la consecución de esta competencia han sido *Sociología* y *Actividad Física y Deporte Adaptado*.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A4

Conocer y comprender las bases que aporta la educación física a la formación de las personas.

Competencia imprescindible durante toda mi formación académica (todas las asignaturas del Grado han contribuido a la consecución de la misma) y durante la elaboración de este trabajo, debido a que, al tratarse de una programación didáctica, es necesario e imprescindible comprender las bases y fundamentos que esta materia aporta a la formación del alumnado para su desarrollo.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A5

Fomentar la convivencia, estimulando y poniendo en valor la capacidad de constancia, esfuerzo y disciplina de los participantes en las actividades de educación física y deportiva.

Los valores que transmite esta competencia están muy presentes en la elaboración de esta propuesta y, sobre todo, en las unidades didácticas, ya que, a través de los contenidos, se pretende que el alumnado alcance los mismos, utilizando como medio la asignatura de Educación Física.

Esta competencia ha sido adquirida durante todas las asignaturas del Grado, en la que ha base de esfuerzo y constancia, conseguí y superarlas.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A6

Diseñar y ordenar estrategias y espacios de aprendizaje que respondan a la diversidad social (sexo, género, edad, discapacidad, culturas...) y al respeto de los derechos que conforman los valores que aporta la educación física y deportiva a la formación integral de los ciudadanos.

Esta competencia tiene una gran importancia en este trabajo, debido a que uno de los objetivos que persigue es proponer un diseño que atienda a la diversidad y diferencias sociales y establecer metodologías para conseguirlo, persiguiendo el principio de individualización, siempre y cuando sea posible.

Cabe destacar la consecución de esta competencia en asignaturas como *Prácticum*, *Sociología*, *Actividad Física y Deporte Adaptado*, *Juegos y Recreación Deportiva* y *Expresión Corporal y Danza*.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A7

Promover y evaluar la formación de hábitos de actividad física y deporte a lo largo del ciclo vital, considerando que la edad, el género o la discapacidad son variables que necesitan de la intervención consciente para favorecer la igualdad de oportunidades.

La promoción de los hábitos de vida saludable es el eje central de esta programación y de la asignatura de Educación Física, por lo tanto, dentro de esta propuesta, esta competencia va a estar presente a lo largo de todos los contenidos trabajados durante el desarrollo de la misma.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A8

Diseñar, desarrollar, y evaluar los procesos de enseñanza – aprendizaje, relativos a la actividad física y el deporte, con atención y tutorización según las características individuales y contextuales de las personas (género, edad, discapacidad, culturas, etc.).

Competencia necesaria para establecer los procedimientos e instrumentos de evaluación de todas y cada una de las unidades didácticas de la evaluación, atendiendo a las características específicas del alumnado.

Se trabaja fundamentalmente en asignaturas como *Prácticum*, *Planificación del Proceso de Enseñanza Aprendizaje* y *Proceso de Enseñanza Aprendizaje*, entre otras.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A9

Elaborar propuestas curriculares para las distintas etapas en el marco institucional de un centro educativo, desarrollando los elementos de la programación didáctica del área de E. Física, con arreglo a la legislación vigente y al proyecto educativo de centro.

Competencia necesaria para la elaboración de esta propuesta, ya que es necesario encuadrar todo dentro de lo que establece la legislación vigente para cada uno de los cursos y etapas educativas.

Además de en la elaboración del TFG, cabe destacar su presencia en *Planificación del Proceso de Enseñanza Aprendizaje*.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A10

Conocer los distintos niveles de la legislación educativa y aplicar los fundamentos básicos que promueve en cuanto a la Planificación y Programación Didáctica de la Educación Física en las etapas educativas.

Relacionado también con la anterior competencia, es imprescindible conocer la legislación vigente ya que marca los contenidos y diferentes puntos a atender en cada uno de los cursos y etapas educativas.

Cabe resaltar la importancia de *Planificación del Proceso de Enseñanza Aprendizaje* para la consecución de esta competencia.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A11 Poseer el conjunto de habilidades o competencias docentes que faciliten el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula de educación física.

Competencia imprescindible para el desarrollo de la acción docente. Esta competencia no se trabaja de forma directa en la elaboración del TFG, ya que se trata de un documento teórico, pero su elaboración se ha basado en experiencia vividas, fundamentalmente en el periodo de prácticas, que encaminaron la programación en todo momento.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A12 Evaluar y elaborar instrumentos de recogida de datos que atiendan a los aprendizajes del alumno, al proceso de enseñanza en sí y a la función del docente.

Esta competencia se ha adquirido para elaborar todos los instrumentos evaluativos. El periodo de prácticas ha sido muy importante para la adquisición de la misma, y sirvió para enfocar los instrumentos elegidos en esta propuesta en función de las vivencias.

Cabe resaltar la importancia de *Planificación del Proceso de Enseñanza Aprendizaje y Prácticum* para la consecución de esta competencia.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A13 Identificar las principales tareas del profesor de educación física dentro y fuera del aula, resaltando las que hacen referencia a su labor tutorial, orientadora y departamental.

Competencia de vital importancia a tener en cuenta para la elaboración de este trabajo, estableciendo las funciones y tareas docentes necesarias para un proceso de enseñanza-aprendizaje eficaz.

La asignatura de *Prácticum* ha ayudado mucho a adquirir la misma.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A14 Diseñar, planificar, evaluar técnico-científicamente y desarrollar programas de ejercicios orientados a la prevención, la reeducación, la recuperación y readaptación funcional en los diferentes ámbitos de intervención: educativo, deportivo y de calidad de vida, considerando, cuando fuese necesario las diferencias por edad, género, o discapacidad.

Esta competencia adquiere mayor importancia en otros ámbitos, pero en este adquiere protagonismo a la hora de diseñar las unidades didácticas y en la planificación de las tareas programadas.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A15

Conocer, saber seleccionar y saber aplicar las técnicas de modificación de conducta que puede utilizar el profesional de Educación Física y Deportes en los diferentes ámbitos de su competencia laboral.

Competencia clave para el establecimiento de las diferentes técnicas y estilos de enseñanza escogidos en la propuesta de programación para satisfacer las necesidades del alumnado, implicándolo en el desarrollo de las sesiones.

Asignaturas como *Psicología*, *Pedagogía*, etc. adquieren gran importancia

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A16

Diseñar, programar y desarrollar actividades esenciales de la motricidad humana: el juego, la danza y la expresión corporal, el ejercicio y las actividades en el medio natural, en el ámbito educativo, recreativo y de la actividad física y salud, promoviendo la igualdad de derechos y oportunidades y evitando la exclusión en función del género y la discapacidad.

Competencia esencial para poder desarrollar la programación didáctica. Es el eje vertebral de la programación, que busca el desarrollo motriz del alumnado a través de las diferentes propuestas planteadas. Todos los saberes adquiridos durante mi formación académica fueron esenciales para el diseño de esta programación.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A17

Programar y desarrollar actividades físico-deportivas en el medio natural, en el contexto educativo y recreativo, favoreciendo la participación a la que todos tienen derecho y evitando la invisibilidad por razones de género o discapacidad.

Competencia trabajada al diseñar la unidad didáctica de senderismo en la que el contacto del alumnado con el mundo natural es directo, y en el que cualquiera persona, puede participar independientemente de sus peculiaridades.

La asignatura clave para la adquisición de esta competencia ha sido la de *Actividad Física en el Medio Natural*.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A23

Evaluar técnica y científicamente la condición física y prescribir ejercicios físicos en los ámbitos de la salud, el deporte escolar, la recreación y el rendimiento deportivo, considerando las diferencias biológicas por edad y género.

Esta competencia está presente a lo largo de todas las unidades didácticas, pero, de manera directa, en las que se trabajan las capacidades físicas específicamente, debido a la necesidad de establecer instrumentos de evaluación adecuados a la situación del aula.

Adquieren gran importancia para la consecución de esta competencia asignaturas como *Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo*, *Metodología del Entrenamiento Deportivo* y *Actividad Física Saludable y Calidad de Vida II*.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A24

Diseñar, planificar, evaluar técnica y científicamente y administrar programas de actividad física adaptada a personas y diferentes grupos de población con discapacidad, o que requieran atención especial.

Competencia necesaria para establecer las distintas estrategias de atención a la diversidad de cada una de las unidades didácticas debido a las diferencias dentro del propio alumnado. La materia de *Actividad Física y Deporte Adaptado* desarrolla plenamente esta competencia y contribuye a la adquisición de la misma.

Grado de adquisición de la competencia

Bajo

A25

Identificar y comprender los requisitos psicomotores y sociomotores de las habilidades deportivas, ejecutando básicamente las habilidades motrices específicas de un conjunto de deportes, considerando las diferencias por género.

Esta competencia adquiere gran protagonismo en todas las unidades didácticas que abordan habilidades deportivas, siempre teniendo en cuenta las necesidades del alumnado para tratar de atenderlas, con el objetivo de trabajar dichas habilidades de la manera más motivante para el alumnado en su conjunto.

Adquieren gran importancia para la consecución de esta competencia asignaturas como *Bases de la Educación Física y Deportiva, los diferentes deportes, Sociología y Prácticum*.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A26

Identificar y aplicar las peculiaridades didácticas de cada especialidad deportiva en la intención pedagógica de los diferentes ámbitos de intervención.

Competencia necesaria para explicar y desarrollar las unidades didácticas en las que se requieren contenidos específicos de ese deporte/práctica deportiva. Debido a eso, es necesario que el/la docente conozca dichos detalles para poder producirse el proceso de enseñanza-aprendizaje de manera eficaz.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A27

Aplicar los principios cinesiológicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en los contextos educativo, recreativo, de la actividad física y salud y del entrenamiento deportivo, reconociendo las diferencias biológicas entre hombres y mujeres y la influencia de la cultura de género en los hábitos de vida de los participantes.

Competencia a tener en cuenta en el desarrollo de las unidades didácticas y durante la programación de las mismas atendiendo a las diferencias del alumnado y proponiendo tareas en función de las mismas, teniendo en cuenta todos y cada uno de los principios detallados en la competencia.

Adquirida en materias como *Fisiología, Biomecánica, etc.*

Grado de adquisición de la competencia

Alto

A29 Identificar los riesgos para la salud que se derivan de la práctica de actividad física insuficiente e inadecuada en cualquier colectivo o grupo social.

Competencia necesaria para inculcar la necesidad y los beneficios de la actividad física saludable, recalando que tanto el exceso como el defecto es perjudicial para la salud integral de la persona. Se trabaja de manera transversal a lo largo de la programación. Se resalta esta competencia en la mayoría de las asignaturas del Grado.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A30 Aplicar técnicas y protocolos que le permitan asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia, aplicando, si fuese necesario, los primeros auxilios.

Competencia de vital importancia en cualquier ámbito de la vida de cada persona. Se relaciona directamente con la unidad didáctica de primeros auxilios en el que el alumnado adquirirá aptitudes necesarias para poder afrontar una situación problemática. Adquirida en un taller de *Primeros Auxilios* al que asistí el primer año del Grado.

Grado de adquisición de la competencia

Bajo

A33 Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva en el contexto educativo, deportivo, recreativo y de la actividad física y salud.

Competencia trabajada para la elaboración de las unidades didácticas de la programación durante todas las sesiones recalando la importancia de la buena utilización de las instalaciones, material y técnicas procedimentales para no perjudicar la salud integral del alumnado.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

A36 Conocer y saber aplicar las nuevas tecnologías de la información y la imagen, tanto en las ciencias de la actividad física y del deporte, como en el ejercicio profesional.

Competencia imprescindible para la elaboración de este trabajo, debido a la necesidad de usar los recursos tecnológicos para la búsqueda de información y el diseño del mismo. La asignatura de *Tecnología en Actividad Física y Deporte* es una de las que más desarrollan esta competencia, aunque existen otras que también hacen uso de las nuevas tecnologías.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

Todas las competencias reflejadas anteriormente han sido adquiridas a lo largo de mi formación académica durante todo el Grado, y el conjunto de todas ellas es el que me ha permitido elaborar esta propuesta de programación didáctica. Muchas de ellas se pueden adquirir de manera directa con determinadas asignaturas, pero, es el conjunto de todas ellas la que me sirven como base para la elaboración de cualquier trabajo relacionado con el ámbito de la Actividad Física y del Deporte.

Dentro de las competencias transversales y nucleares, las competencias adquiridas en el Grado, que me han permitido elaborar este trabajo son:

B1**Conocer y poseer la metodología y estrategia necesaria para el aprendizaje en las ciencias de la actividad física y del deporte.**

Esta competencia fue adquirida a lo largo de todo el Grado de manera que al finalizar el mismo el alumnado dispone de herramientas y estrategias para seguir formándose autónomamente. Gracias a esta, se hizo posible la realización del TFG.

Grado de adquisición de la competencia**Alto****B2****Resolver problemas de forma eficaz y eficiente en el ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte.**

Esta competencia ha sido de vital importancia para resolver los pequeños problemas que fueron siguiendo en la elaboración de este trabajo, aunque donde adquiere un mayor protagonismo es en la asignatura de *Prácticum*.

Grado de adquisición de la competencia**Alto****B7****Gestionar la información**

Competencia de vital importancia para la elaboración de este trabajo, a la hora de tener que buscar y seleccionar la información adecuada. También se adquiere en la elaboración de otros trabajos de las diferentes asignaturas del Grado.

Grado de adquisición de la competencia**Alto****B9****Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico.**

No se trabaja mucho durante el Grado, y únicamente adquiere protagonismo en muy pocas asignaturas.

Para la elaboración de este TFG, no fue muy necesaria la búsqueda de información en otras lenguas, ya que se dispuso de gran cantidad de información castellano.

Grado de adquisición de la competencia**Medio****B10****Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.**

Esta competencia es imprescindible para poder realizar el TFG, es un requisito que abre las puertas hacia una inmensa cantidad de información que podemos utilizar para mejorar la calidad de los trabajos. A pesar de ello, y al no estar muy acostumbrados durante el Grado, el alumnado adquiere estos conocimientos, con dificultades, para la realización del TFG. (yo personalmente, no tuve problema, ya que durante todos los trabajos del Grado busqué información en bases de datos, evitando páginas web).

Grado de adquisición de la competencia**Medio**

B11 Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.

Es esencial, una vez finalizado el período formativo, el poder seguir formándonos de manera autónoma y poder aplicar las competencias adquiridas durante la formación. Esta competencia la he aplicado durante el desarrollo de mi Prácticum y del TFG.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

B12 Conocer los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional y actuar de acuerdo con ellos.

Adquirida durante toda la etapa formativa y estuvo presente a lo largo de toda la elaboración de este trabajo al tener en cuenta los principios del ejercicio profesional correcto.

Adquirida durante todo el Grado, pero también a través de la educación desde niños.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

B13 Conocer y aplicar metodologías de investigación que faciliten el análisis, la reflexión y cambio de su práctica profesional, posibilitando su formación permanente.

Hace referencia a la necesidad de formación permanente y adecuación a las nuevas evidencias científicas corrigiendo los errores que se pueden estar cometiendo. Por ello en esta programación se establecen procesos de evaluación para revisar la eficacia de la misma, y poder modificar elementos en caso de existir propuestas más eficaces.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

B14 Comprender y aplicar la legislación vigente relativa al marco de las actividades físicas y deportivas en los distintos ámbitos: educación, deporte, gestión, ocio y salud.

Esencial en la elaboración de este TFG, al tener que encuadrar la programación en lo que rige la legislación vigente.

Destacar la aportación de asignaturas como *Estructura y Organización Deportiva* y *Planificación del Proceso de Enseñanza Aprendizaje* para la consecución de la misma.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

B15 Comprender y saber utilizar las importantes posibilidades que la educación física y el deporte tienen para generar hábitos sociales y valores democráticos (coeducación de géneros, respeto a la diversidad social y cultural, cooperación, competición respetuosa, compromiso con el entorno...).

Competencia adquirida durante toda la formación académica del Grado y de vital importancia en el TFG siendo una labor de la programación la promoción y adquisición de hábitos deportivos.

Grado de adquisición de la competencia

Alta

B16 Dominar habilidades de comunicación verbal y no verbal necesarias en el contexto de la actividad física y el deporte.

Competencia de vital importancia para el ejercicio profesional, y que se irá mejorando con la experiencia. La aplicación de esta competencia al TFG se basa en la redacción del mismo y en las diferentes estrategias metodológicas a seguir.

Adquirida fundamentalmente en *Prácticum* y asignaturas en las que el alumnado asume el rol docente.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

B19 Ejercer la profesión con responsabilidad, respeto y compromiso.

Competencia más relacionada con el futuro profesional y *Prácticum*, peor importante a la hora de realizar el TFG, al suponer un primer paso para ejercer un buen ejercicio profesional.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

B20 Conocer, reflexionar y adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y el trabajo en equipo a partir de las prácticas externas en alguno de los principales ámbitos de integración laboral, en relación a las competencias adquiridas en el grado que se verán reflejadas en el trabajo fin de grado.

Competencia adquirida fundamentalmente en el *Prácticum*, y sobre el cual me he apoyado para realizar esta propuesta de programación didáctica

Grado de adquisición de la competencia

Alto

C1 Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.

Se trabaja esta competencia a la hora de elaborar el TFG, en este caso en castellano, y a la hora de leer la legislación vigente (alguna en gallego).

La adquisición de esta competencia ha sido fundamentalmente sobre mi educación obligatoria, y la he seguido trabajando a la hora de expresarme en trabajos, exámenes, exposiciones a lo largo del Grado.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

C2 Dominar la expresión y la comprensión de forma oral y escrita de un idioma extranjero.

Para la elaboración de este TFG, como comenté con anterioridad, no fue muy necesario la utilización de gran información escrita en lenguas extranjeras, al existir información casi suficiente en mis lenguas maternas.

Grado de adquisición de la competencia

Bajo

C3

Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.

Competencia esencial para elaborar el TFG, al ser los soportes tecnológicos el principal medio para su elaboración.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

C4

Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común.

Competencia de vital importancia sobre todo en el ámbito de la docencia, en el que mediante esta programación se promocionan y se fomentan las actitudes democráticas hacia el bien colectivo.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

C6

Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.

Para la elaboración del TFG, se maneja mucha información y el alumnado tiene que ser capaz de utilizar información con evidencia científica, desechando toda aquella que no la tenga o que no se adecue al contexto.

Grado de adquisición de la competencia

Medio

C7

Asumir como profesional y ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida.

Competencia importante en este TFG, al ser un valor que se intenta transmitir al alumnado con el desarrollo de la misma, incidiendo en la importancia de el protagonismo en el propio proceso de aprendizaje en función de las inquietudes, adaptándose a las nuevas tendencias con evidencia científica contrastada.

Grado de adquisición de la competencia

Alto

5.2 DÉFICITS Y ÁREAS DE MEJORA PARA EL DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN

A modo de valoración personal, creo que sería mucho más enriquecedor para el desarrollo de la programación didáctica, una vivencia más práctica a lo largo de todo el Grado, ya que en ese tipo de situaciones es donde se adquiere el conocimiento integral, al tener que llevar los conocimientos teóricos previamente adquiridos a la práctica.

Además, con una vivencia más práctica, te permite conocer mucho mejor las necesidades del mercado laboral, en este caso del alumnado, y poder profundizar en determinados contenidos en función de cada situación.

Otro aspecto a tener en cuenta es la poca costumbre a utilizar las bases de datos para disponer de conocimientos científicos actualizados durante la formación en el Grado, por lo que al llegar a este punto del curso (al elaborar el TFG), son muchos los/as alumnos/as que ven complicaciones a la hora de llevar a cabo la revisión bibliográfica.

En cuanto al desarrollo de la asignatura, creo que debería tener un carácter más anual, ya que, durante el primer cuatrimestre, apenas se hacen tutorías (explicar aspectos muy generales), y es durante el segundo cuatrimestre cuando se concentra todo el trabajo, coincidiendo con la gran cantidad de trabajos y tareas pendientes de las demás asignaturas, en el caso de realizar el TFG cursando todas las asignaturas de cuarto curso. Por estas razones, creo que una metodología durante todo el año sería mucho más llevadera para el alumnado, pudiendo dedicar mucho más tiempo a la elaboración del TFG.

Cabe destacar que el tutor, a los alumnos/as de su unidad competencial nos ha dado cierta libertad a la hora de ir entregando las tareas pendientes en función de nuestras necesidades, pero a pesar de ello creo que la elaboración del mismo durante todo el año (y no prácticamente en el segundo cuatrimestre) sería mucho más eficaz.

Una solución para elevar el grado de adquisición de las competencias trabajadas en menor media es la formación continua (másteres, cursos, etc.) y la adquisición a medida que la experiencia profesional aumenta.

6. BIBLIOGRAFÍA

Ander-Egg, E. (1991). *Introducción a la planificación*. Madrid: Siglo XXI de España Editores, S.A.

Blázquez, D. (2006). *La educación física* (2.ª ed.). Barcelona: INDE.

Buscà Donet, F., Lleixà Arribas, T., Coral Mateu, J., y Gallardo Ramírez, S. (2016). La Programación por Competencias en Educación Física: Retos y Problemas para su Implantación en la Escuela. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 6(3), 292-317. <https://doi.org/10.17583/remie.2016.2172>

Coll, C. (2007). Las competencias en la educación escolar: Algo más que una moda y mucho menos que un remedio. *Aula de innovación educativa*, (161), 34-39.

Constitución Española. Boletín Oficial del Estado, 29 de diciembre de 1978, núm. 311, pp. 29313 a 29424.

Contreras, O. (1998). *Didáctica de la educación física: un enfoque constructivista*. Barcelona:

INDE.

Del Valle, S. y García, M. J. (2007). *Cómo programar en Educación Física paso a paso*. Barcelona: INDE.

España. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. Boletín Oficial del Estado, 10 de diciembre, núm. 295.

España. Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. Boletín Oficial del Estado, 29 de enero, núm. 25, pp. 6986 a 7003.

España. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Boletín Oficial del Estado, 3 de enero, núm. 3, pp. 169 a 546.

Galicia. Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia nos que se imparten as ensinanzas establecidas na Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación. Diario Oficial de Galicia, 21 de diciembre, núm. 242, pp. 37487 a 37515.

Galicia. Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia. Diario Oficial de Galicia, 29 de junio, núm. 120, pp. 25434 a 27073.

Galicia. Orde do 28 de maio de 2018 pola que se aproba o calendario escolar para o curso 2018/19 nos centros docentes sostidos con fondos públicos na Comunidade Autónoma de Galicia. Diario Oficial de Galicia, 8 de junio, núm. 109, pp. 28331 a 28347.

Ganán Villafuerte, A. E., y Paucar Gutiérrez, C. F. (2017). *Dominio de los contenidos curriculares del docente (tesis de licenciatura)*. Latacunga: Universidad Técnica de Cotopaxi. Recuperado a partir de <http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/4098>

García-Jiménez, E. (2015). La evaluación del aprendizaje: de la retroalimentación a la autorregulación. El papel de las tecnologías. *RELIEVE - Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 21(2). <https://doi.org/10.7203/relieve.21.2.7546>

Gimeno Sacristán, J., y Pérez Gómez, A. (1989). *Y Su Practica*. Madrid: Akal.

Hortigüela Alcalá, D., Abella García, V., y Pérez-Pueyo, Á. (2015). ¿Se han implantado las competencias básicas en los centros educativos?: Un estudio mixto sobre su programación como herramienta de aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 8(1), 177-192. Recuperado a partir de <http://www.rinace.net/riee/numeros/vol8-num1/art10.pdf> <https://repositorio.uam.es/handle/10486/668258> https://repositorio.uam.es/xmlui/bitstream/10486/668258/1/RIEE_8_1_11.pdf

Hortigüela Alcalá, D., Abella García, V., y Pérez Pueyo, Á. (2014). Percepción de equipos directivos y docentes de Educación Física de Secundaria sobre el proceso de implantación y desarrollo de las competencias básicas en la ciudad de Burgos. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 10(28), 19-30. Recuperado a partir de

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163036903006>

- Hortigüela Alcalá, D., Abellá García, V., y Pérez Pueyo, Á. (2015). Perceptions of managers and Physical Education teachers on Key Competencies. *Enseñanza y Teaching*, 33(1), 83-103. <https://doi.org/10.14201/et201533183103>
- Lleixà, T., Capllonch, M. y González, C. (2015). Competencias básicas y programación de Educación Física . Validación de un cuestionario diagnóstico. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (27), 52-57.
- Lleixà, T., González-Arévalo, C., y Braz-Vieira, M. (2016). Integrating key competences in school physical education programmes. *European Physical Education Review*, 22(4), 506-525. <https://doi.org/10.1177/1356336X15621497>
- López- García, S., Martín-Villar, M., Maneiro-Dios, R., Abelairas-Gómez, C., y Barcala-Fueros, R. (2016). Programación didáctica: Primeros auxilios, un contenido incluido en la LOMCE. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 2(3), 474-495.
- López, J. (2006). Educación física y deporte escolar. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.*, (9), 19-22.
- Nuñez Delgado, M. P. (2002). Cuestiones teóricas y metodológicas sobre la selección y diseño de actividades para la educación lingüística. *Revista española de lingüística aplicada*, 15(1), 113-135.
- Sáenz-López Buñuel, P., Castillo Viera, E., y García Conde, C. (2009). Didáctica de la educación física escolar. *Wanceulen: Educación Física Digital*, (5), 28-50.
- Salas Perea, R. S., y Salas Mainegra, A. (2017). Evaluación para el aprendizaje en ciencias de la salud. *Edumecentro*, 9(1), 208-227.
- Salcedo Galvis, H. (2011). Los objetivos y su importancia para el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Revista de Pedagogía*, XXXII(91), 113-130.
- Unión Europea. Recomendación del Parlamento Europeo y del Consejo de 18 de diciembre de 2006 sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente. Diario Oficial de la Unión Europea L 394, 18 de diciembre de 2006, pp. 4 - 9. (s. f.).
- Vilar, J. (1996). De la planificación a la programación. Instrumentos metodológicos para el diseño de las intervenciones socioeducativas. *Educación social: revista de intervención socioeducativa*, (3), 11-49. Recuperado a partir de <http://www.raco.cat/index.php/EducacionSocial/article/view/167052/219270>
- Zapatero-Ayuso, J. A., González-Rivera, M. D., y Campos-Izquierdo, A. (2017). Dificultades y apoyos para enseñar por competencias en Educación Física en secundaria: un estudio cualitativo. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 47(13), 5-25. <https://doi.org/10.5232/ricyde>

7.1 ANEXO 1: UNIDADES DIDÁCTICAS DE LA PROGRAMACIÓN

• • •
65

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	1.1 Identificar las fases de una sesión y utilizar tareas acordes a cada una de ellas. (b, g, m, n) (EFB1.1.1, EFB1.1.2) 1.2 Eliminar prejuicios sobre la práctica deportiva. (c, d, l, m) (EFB1.3.3) 1.3 Conocer los beneficios e implicación de la actividad física. (m) (EFB3.1.2, EFB3.1.6, EFB3.2.4) 1.4 Trabajar de manera segura, identificando riesgos y empleo responsable de recursos. (g, l, m) (EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.4.1, EFB1.4.3, EFB3.2.1, EFB3.2.3) 1.5 Identificar las propias limitaciones, y adaptar esfuerzos a las posibilidades individuales. (g, m) (EFB1.1.3, EFB3.2.2) 1.6 Colaborar con los compañeros, mostrando tolerancia y respeto. (a, d, m) (EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3)	
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	1.8 Fases de activación y recuperación. (B1.1, B1.2) 1.9 Prevención de riesgos. (B.10) 1.10 Condición física y salud. (B1.8, B3.2, B3.4, B3.6, B3.10) 1.11 Control de la intensidad y esfuerzo durante la AF. (B1.5 1.12 Estereotipos y eliminación de prejuicios (B1.4, B1.9) 1.13 Identificación de entornos para la práctica deportiva (B1.6) 1.14 Actitud y comportamiento positivo (B1.3, B1.7, B1.12)	
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos distintos estilos de enseñanza. En la mayor parte de las sesiones predominará estilos de enseñanza no directivos para favorecer la implicación del alumnado. En los calentamientos y vueltas a la calma de las primeras sesiones se utilizarán estilos de enseñanza más directivos para que el alumno aprenda los contenidos básicos a tratar en cada una. Pero, se finalizará la unidad didáctica con estilos más cognitivos, como la resolución de problemas para que el alumnado aplique lo aprendido y así producirse un aprendizaje más significativo.	ESTILOS DE ENSEÑANZA Resolución de problemas. Descubrimiento guiado. Asignación de tareas. Mando directo.
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje. En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión: a. Participará elaborando calentamiento y vuelta a la calma en función de las características de las sesiones. b. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.

RECURSOS MATERIALES	<p>En principio, no se necesita ningún material específico para desarrollar esta unidad didáctica, aunque al trabajarse paralelamente con las restantes unidades didácticas de esta programación, se pueden introducir materiales específicos de la otra para ir familiarizándose en las primeras fases de la sesión (por ejemplo: calentamiento con balones mientras se trabaja la unidad didáctica de baloncesto, etc.).</p>
TEMPORALIZACIÓN	<p>Se desarrollará durante todas las sesiones del curso.</p> <p>Los primeros y últimos 5/10 minutos de cada sesión (dependiendo de las características de estas) se destinarán a trabajar la parte de calentamiento y vuelta a la calma, mientras que en el resto de tiempo se trabajarán los otros contenidos (comportamiento y actitud positiva, etc.) paralelamente con las demás unidades didácticas de la programación.</p>
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> 1.1 Identificar las diferentes fases de la sesión y conocer los objetivos de las mismas durante el desarrollo de cada una de las sesiones, así como sus beneficios (dimensión física, afectiva y social) (B1.1, B1.2, B1.3) 1.2 Mantener un comportamiento y actitud positivas durante la práctica deportiva. (B1.3) 1.3 Reconocer los riesgos de las actividades y actuar en consecuencia (B1.4) 1.4 Identificar la influencia de la alimentación y la actividad física en la salud y calidad de vida de la persona. (B3.1, B3.2)
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<ul style="list-style-type: none"> 1.1 Regula la intensidad de la tarea acorde con la fase en la que se encuentra y las características de la sesión. (EFB1.1.1, EFB1.1.2) 1.2 Realiza práctica deportiva respetando el entorno, materiales, compañeros y otras personas. (EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2) 1.3 Realiza las tareas de manera adecuada, y de forma segura, para evitar lesiones deportivas y las adapta en función de sus peculiaridades. (EFB1.4.1, EFB1.4.3, EFB3.2.2, EFB3.2.3) 1.4 Identifica los beneficios e inconvenientes de determinados tipos de alimentación y actividad física para el organismo. (EFB1.1.3, EFB1.3.3, EFB3.2.1, EFB3.2.4)
INSTRUMENTOS	<p>Observación sistemática (planilla de observación) → EA: 1.1, 1.2, 1.3</p> <p>Examen teórico → EA: 1.4</p>

UD 2: “SALVANDO VIDAS” (PRIMEROS AUXILIOS)						
CURSO		2º ESO	SESIONES	3	TRIMESTRE	1º
DESCRIPCIÓN	Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 1 (Contenidos comunes en la Educación Física).					
	Con el desarrollo de la unidad didáctica, se pretende que el alumnado adquiera una serie de hábitos para prevenir e intervenir en el caso de ser necesario, independientemente de la situación en la que se encuentre, incentivando el sentido de la iniciativa y el espíritu emprendedor (CSIEE, competencia principal de la unidad didáctica).					
JUSTIFICACIÓN	Así, se desarrollará durante tres sesiones las principales técnicas y se concienciará al alumnado de la importancia de las mismas, para que sean más conscientes y valoren los posibles riesgos de cada una de las actividades de su vida cotidiana.					
	El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es por el hecho de recordar y profundizar en contenidos ya vistos en el curso anterior, y así poder aplicarlos con mayor facilidad en el caso de ser necesario durante las sesiones de Educación Física, o en cualquier situación de la vida cotidiana.					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	Los contenidos a impartir son de fácil interpretación por parte del alumnado al que va destinada esta UD. De esta forma, contenidos más variados serán aprendidos en cursos superiores, a mayores de recordar estos.					
	Al ser un contenido de vital importancia en la EF, y al que se está muy expuesto durante todas las unidades didácticas, se desarrollará a principio de curso para poder aplicar los conocimientos en caso de ser necesario.					
	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
	CSC CSIEE CAA CMCCT	m n g	B1.10 B1.11	B1.4	EFB1.4.1 EFB1.4.2 EFB1.4.3	Bloque 1. Contenidos comunes en la Educación Física
						PLANES DE CENTRO
						Plan lector. Se desarrollará mediante la lectura de documentos facilitados por el profesorado sobre la importancia de los contenidos vistos en esta unidad didáctica.
Plan de convivencia. Se considera de vital importancia el respeto al prójimo debido a la naturaleza de los contenidos.						
ELEMENTOS TRANSVERSALES						
Educación cívica y constitucional. Se basa en el respeto al prójimo.						
Comprensión lectora. Se procederá a la lectura de documentos facilitados.						
Emprendimiento. Se buscará que el alumnado sea capaz de tomar decisiones y asumir responsabilidades.						

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	2.1 Experimentar y aprender el PAS. (g, m) (EFB1.4.2) 2.2 Saber reaccionar ante una situación problemática. (g, m, n) (EFB1.4.2) 2.3 Valorar los riesgos de cada práctica deportiva y actuar en consecuencia. (g, m) (EFB1.4.1, EFB1.4.3)	
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	2.6 Prevención de riesgos en las actividades físico-deportivas. (B1.10) 2.7 Obstrucción de la vía respiratoria. (B1.11) 2.8 RCP. (B1.11) 2.9 Botiquín básico. (B1.10) 2.10 Protocolo básico de actuación (PAS). (B1.11)	
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	En una primera fase predominará un estilo de enseñanza más cognitivo como es el descubrimiento guiado. Así, se buscará que el alumno participe cognitivamente hasta intentar llegar a la solución (que guía el/la profesor/a). Después, se pasarán a estilos más directivos como la asignación de tareas para trabajar las soluciones a los problemas resueltos. Así, se producirá un aprendizaje significativo, muy importante a tener en cuenta en esta unidad didáctica, ya que favorecerá la retención de la información aprendida y se podrá aplicar con mayor eficacia en el caso de ser necesario.	ESTILOS DE ENSEÑANZA
		Descubrimiento guiado. Asignación de tareas.
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
		Se propondrán actividades que pueden ser realizadas por todo el alumnado, al ser contenidos que cualquier persona pueda aplicar en una determinada situación problemática. Pero, si la causa de la no participación, que debe ser justificada, impide la realización de las sesiones (como determinadas indisposiciones, enfermedades o lesiones) se le pedirá a el/la alumno/a que recoja los puntos más importantes a tratar en la sesión y haga una reflexión crítica.

RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Teléfono móvil ○ Maniqués ○ Muñecos/peluches ○ Boquillas ○ Desfibrilador ○ Botiquín básico
TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Prevención de riesgos en las actividades físico-deportivas + botiquín básico.</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Protocolo básico de actuación (PAS) + Obstrucción de la vía respiratoria.</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> RCP + Desfibrilador.</p>
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>2.1 Reproducir el protocolo de obstrucción de la vía respiratoria a un compañero que simula dicha emergencia. (B1.4)</p> <p>2.2 Realizar la RCP adecuadamente a un maniquí/peluche, manteniendo un buen ritmo. (B1.4)</p> <p>2.3 Desarrollar el protocolo básico de actuación (PAS) ante una situación de emergencia. (B1.4)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>2.1 Realiza el protocolo de obstrucción de la vía respiratoria y demuestra dominio en el qué hacer y cómo y cuándo actuar. (EFB1.4.3)</p> <p>2.2 Realiza la RCP correctamente y demuestra dominio en el qué hacer y cómo y cuándo actuar. (EFB1.4.3)</p> <p>2.3 Utiliza y hace todos los pasos necesarios para un buen uso de un desfibrilador. (EFB1.4.3)</p> <p>2.4 Conoce y aplica el PAS correctamente a cualquier situación de emergencia y demuestra dominio. (EFB1.4.1, EFB1.4.2)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Observación sistemática (planilla de observación) → EA: 2.1, 2.2, 2.3, 2.4</p> <p>Examen práctico (rúbrica) → EA: 2.1, 2.2</p> <p>Examen teórico → EA: 2.4</p>

UD 3: “SIGUE MOVIÉNDOTE” (RESISTENCIA II)							
CURSO		2º ESO	SESIONES		12	TRIMESTRE	1º
DESCRIPCIÓN	Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 3 (actividad física y salud). Con el desarrollo de la unidad didáctica, se pretende que el alumnado valore la importancia de la resistencia para cualquier actividad diaria y pueda mejorar esta capacidad. Se dará una fundamentación teórica necesaria durante las sesiones prácticas y se centrará básicamente en la diferenciación del trabajo aeróbico y anaeróbico. Al final de la unidad didáctica el alumno debe ser capaz de controlar ritmos e intensidades en función de las necesidades de la tarea. Este aprendizaje para ser capaz de controlarse en función de las demandas de la actividad justifica la competencia principal de la unidad didáctica (CAA). Se desarrollará junto a la unidad de baloncesto para hacer la asignatura más amena por parte del alumnado.						
	El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de recalcar la importancia de las capacidades físicas y poder hacer un seguimiento de la mejora de estas capacidades a lo largo de toda la educación obligatoria del alumnado. La unidad didáctica se dedicará a la diferenciación entre trabajo aeróbico anaeróbico, ya que en cursos posteriores se desarrollarán los distintos métodos de entrenamiento, etc.						
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS	
	CMCCT CAA CSIEE CSC CD	b f g m	B3.1 B3.3 B3.4 B3.5 B3.7 B3.8 B3.9	B3.1 B3.2	EFB3.1.1 EFB3.1.4 EFB3.1.5 EFB3.2.1 EFB3.2.2 EFB3.2.3 EFB3.2.4	Bloque 3. Actividad física y salud	
						PLANES DE CENTRO	
						Plan lector: Se requerirá leer y comprender documentos para conseguir los objetivos marcados.	
						Plan TIC: Se utilizarán recursos digitales para buscar información sobre temas relacionados con dicha unidad didáctica.	
ELEMENTOS TRANSVERSALES							
				Comprensión lectora. Mediante la lectura de documentos.			
				Tecnologías de la Información y la Comunicación. Mediante la búsqueda de información y artículos.			
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	3.1 Conocer la resistencia, sus tipos, los sistemas de desarrollo. (f) (EFB3.1.1)						
	3.2 Conocer las adaptaciones del organismo: los efectos de la resistencia sobre la salud. (f) (EFB3.1.1, EFB3.2.4)						
	3.3 Mejorar la resistencia mediante el entrenamiento de la misma. (b, g, m) (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)						
	3.4 Adquirir la capacidad de mantener un ritmo constante en función de la distancia y/o duración y de las posibilidades individuales, ayudándose para ello de la frecuencia cardíaca y de la frecuencia respiratoria. (b, g, m) (EFB3.1.4)						

CONTENIDOS DIDÁCTICOS	3.4 Tipos de resistencia: aeróbica y anaeróbica (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8) 3.5 Medición del pulso cardíaco (B3.4) 3.6 Técnica de carrera y postura corporal. (B3.9)		
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje predominará la asignación de tareas. Se empezará trabajando la resistencia de la forma más habitual (carrera continua) y se realizarán los test iniciales (Test de Cooper y Course Navette). A continuación, se trabajará de forma más lúdica (carrera de obstáculos, juegos, etc.) para que el alumnado comprenda que el trabajo de la condición física no tiene porque ser aburrido. Y finalmente se realizarán los dos test para evaluar la mejora de la resistencia respecto a los test iniciales. La fundamentación teórica se dará junto a la práctica al mismo tiempo que se van desarrollando las sesiones. En gran parte de estas, se trabaja además la unidad didáctica de baloncesto, por lo que el contenido se hace mucho más ameno para el alumnado.	ESTILOS DE ENSEÑANZA	Asignación de tareas.
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje. En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión: c. Colaborará en la organización del material y el espacio. d. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.
RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">○ Conos○ Soporte musical○ Silbato○ Obstáculos (mesas, bancos, vallas, aros, etc.)		

TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Introducción a UD + toma FC + juegos motores y cooperativos</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Test de Cooper (evaluación inicial)</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Course Navette (evaluación inicial)</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Carrera continua + toma de FC</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Carrera continua + toma de FC</p> <p><i>SESIÓN 6:</i> Carrera continua + series (sprints)</p> <p><i>SESIÓN 7:</i> Carrera de obstáculos a ritmo continuo</p> <p><i>SESIÓN 8:</i> Carrera de obstáculos a ritmo variable</p> <p><i>SESIÓN 9:</i> Juegos motores y cooperativos</p> <p><i>SESIÓN 10:</i> Juegos motores y cooperativos</p> <p><i>SESIÓN 11:</i> Test de Cooper (evaluación final)</p> <p><i>SESIÓN 12:</i> Course Navette (evaluación final)</p>
INTERDISCIPLINARIEDAD	
<p><u>Física y química</u></p> <p>B4.4. Velocidad media.</p> <p>B4.5. Velocidad instantánea y aceleración.</p> <p><u>Matemáticas</u></p> <p>B1.5. Práctica de los procesos de matematización y modelización, en contextos de la realidad y en contextos matemáticos, de manera individual y en equipo.</p>	
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>3.1 Realizar un test inicial y otro final de Cooper para evaluar la mejora de la resistencia. (B3.1, B3.2)</p> <p>3.2 Realizar un test inicial y otro final de Course Navette para evaluar la mejora de la resistencia. (B3.1, B3.2)</p> <p>3.3 Define resistencia e identificar un trabajo aeróbico de uno anaeróbico. (B3.1, B3.2)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>3.1 Mejora un 5% su resultado en el test de Cooper final respecto al test inicial. (B3.1.1, B3.1.4, B3.1.5, B3.2.1, B3.2.2, B3.2.3, B3.2.4)</p> <p>3.2 Mejora un 5% su resultado en el test de Course Navette final respecto al test inicial. (EFB3.1.1, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4)</p> <p>3.3 Define resistencia e identifica correctamente el trabajo anaeróbico y el trabajo aeróbico. (EFB3.1.1, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Examen práctico (planilla de observación) → EA: 3.1, 3.2</p> <p>Examen teórico → EA: 3.3</p>

UD 5: REGRESO AL PASADO (JUEGOS POPULARES)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	4	TRIMESTRE	1º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 4 (Juegos y Actividades deportivas). La presente unidad didáctica pretende que el alumnado trabaje sus habilidades motrices básicas a través de juegos populares, conociendo así la cultura gallega y el pasatiempo de sus antepasados.</p> <p>En la actualidad las televisiones, smartphones, etc. invaden el tiempo libre de los más pequeños y pequeñas y a través de esta propuesta se pretende hacer una valoración actual y una pequeña reflexión crítica sobre tal situación, centrándonos en la importancia de la actividad física en la vida diaria del alumnado. Así, se espera que el alumnado, como fruto de esta reflexión, tenga conciencia de la cantidad de horas que pasa sentado, y aprenda a pasar su tiempo libre de una manera más saludable (competencia aprender a aprender, CAA).</p>					
JUSTIFICACIÓN	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es porque los niños/as empiezan a consolidar sus hábitos y cómo invertir su tiempo libre, y a través de esta propuesta se pretende ayudarlos a elegir pasatiempos activos (jugar con sus amigos/as como hicieron sus antepasados, etc.) y no actividades sedentarias, típicas de la sociedad actual.</p> <p>La utilización de juegos es muy importante en edades tempranas (debido a su edad madurativa) y este es otro motivo por el que se desarrolla esta UD en este curso.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
						Bloque 4. Juegos y Actividades deportivas Bloque 1. Contenidos comunes en la EF
						PLANES DE CENTRO
						Plan lector y Plan TIC: Se requerirá leer y comprender la información buscada en la web para la realización del trabajo. Plan de convivencia: Será imprescindible el trabajo en equipo y cooperación y el trato con respeto tanto al propio equipo como al ajeno.
	CSIEE CAA CD CSC CCL	a b g m e h i o	B4.1 B4.2 B1.13 B1.14	B4.1 B1.5	EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3 EFB4.1.4 EFB1.5.1 EFB1.5.2	ELEMENTOS TRANSVERSALES
						Educación cívica y constitucional. Tratamiento del respeto hacia los demás, materiales e instalaciones. Comprensión lectora y expresión oral y escrita. A través de la elaboración del trabajo. Comunicación audiovisual. Mediante la exposición del trabajo a través de un "videopaper". Tecnologías de la Información y la Comunicación. Utilización de las TICS para la elaboración y exposición del trabajo. Emprendimiento. Al tomar iniciativa, y asumir responsabilidades a la hora de buscar información/exponer el trabajo.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>5.1 Disfrutar del juego respetando las normas. (a) (EBF4.1.1)</p> <p>5.2 Desarrollar las habilidades motrices básicas participando activamente en el juego. (b, g, m) (EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>5.3 Ampliar el conocimiento de juegos populares mediante el uso de las TICS y la realización de un portafolio (utilizando distintos idiomas). (e, h, i, o) (EFB1.5.1, EFB1.5.2)</p>		
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	<p>5.3 Juegos populares de la Comunidad Autónoma de Galicia (B4.1, B4.2).</p> <p>5.4 Búsqueda informativa sobre los juegos populares gallegos (B1.13, B1.14)</p>		
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos distintos estilos de enseñanza.	ESTILOS DE ENSEÑANZA	
		Resolución de problemas. Descubrimiento guiado. Asignación de tareas.	
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	
	Para algunos juegos se realizará antes un proceso cognitivo para intentar llegar a una o varias soluciones (descubrimiento guiado y resolución de problemas), pero en otros se realizará una asignación de tareas, mediante la explicación de las reglas de cada juego y la puesta en práctica siguiente. Se propondrán juegos y se dividirá al grupo de manera que el aprovechamiento motriz por parte de todo el alumnado sea el máximo posible, introduciendo diferentes materiales, o trabajando en circuito en función de las posibilidades materiales.	Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetar los diferentes niveles de aprendizaje. En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión: a. Colaborará en la organización del material y el espacio. b. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.	

RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Sacos ○ Pañuelo ○ Bolos celtas + pelota ○ Aros ○ Cuerda grande ○ Goma elástica ○ “Chave + pesos”
TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1: “Naina” + Carreras de sacos + el pañuelo</i></p> <p><i>SESIÓN 2: Bolos celtas + “a Mariola” + aros</i></p> <p><i>SESIÓN 3: Salto a la cuerda grande + “Sogatira” + la goma</i></p> <p><i>SESIÓN 4: la gallina ciega + las cuatro esquinas + “a chave”</i></p>
INTERDISCIPLINARIEDAD	
<p><u>Lengua Gallega y Literatura</u></p> <p>B2.12. Producción y síntesis, en formato papel o digital, de textos de distinta tipología, fundamentalmente, narrativos y descriptivos.</p>	
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>5.1 Participar en las sesiones prácticas propuestas (B4.1)</p> <p>5.2 Realizar un fichero de juegos con los juegos vistos en clase. (B1.5)</p> <p>5.3 Realizar un trabajo teórico (dossier), individualmente o por parejas, sobre la historia y aspectos más característicos de dos juegos populares no vistos en clase. (B1.5)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>5.1 Mantiene una actitud positiva en la realización de los juegos y respeta las normas de juego (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.4)</p> <p>5.2 Presenta descripción, representación gráfica, material y otros aspectos interesantes necesario para cada juego. (EFB4.1.3)</p> <p>5.3 Sube al aula virtual el trabajo dentro del plazo indicado por el profesor y defiende el trabajo en caso de ser necesario. (EFB1.5.1, EFB1.5.2)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Observación sistemática (planilla de observación) → EA: 5.1</p> <p>Pautas mínimas portafolio (rúbrica) → EA: 5.2, 5.3</p>

UD 6: "ME PONGO EN FORMA" (FUERZA Y VELOCIDAD II)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	11	TRIMESTRE	2º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 3 (actividad física y salud).</p> <p>Con el desarrollo de la unidad didáctica, se pretende que el alumnado valore la importancia de la fuerza y la velocidad para cualquier actividad diaria y pueda mejorar estas capacidades. Se dará una fundamentación teórica necesaria durante las sesiones prácticas y se centrará básicamente en el trabajo de la velocidad cíclica y la fuerza de tren superior, inferior y core, incidiendo en la higiene postural para evitar problemas.</p> <p>Al final de la unidad didáctica el alumno debe ser capaz de identificar ejercicios para trabajar los músculos principales y diferentes tareas para mejorar la velocidad. Este aprendizaje justifica la competencia principal de la unidad didáctica (CAA).</p>					
JUSTIFICACIÓN	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de recalcar la importancia de las capacidades físicas y poder hacer un seguimiento de la mejora de estas capacidades a lo largo de toda la educación obligatoria del alumnado.</p> <p>La unidad didáctica se dedicará a la velocidad cíclica y la fuerza de tren superior, inferior y core y los tipos de contracciones, porque en cursos posteriores se desarrollarán otros contenidos: distintas manifestaciones de la velocidad y fuerza y sus métodos de entrenamiento.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
						<i>Bloque 3. Actividad física y salud</i>
						PLANES DE CENTRO
						<p><i>Plan lector:</i> Se requerirá leer y comprender documentos para conseguir los objetivos marcados.</p> <p><i>Plan TIC:</i> Se utilizarán recursos digitales para buscar información sobre temas relacionados con dicha unidad didáctica.</p>
	CCL CAA CSIEE CD	b f g m	B3.1 B3.3 B3.5 B3.7 B3.8 B3.9	B3.1 B3.2	EFB3.1.1 EFB3.1.5 EFB3.2.1 EFB3.2.2 EFB3.2.3 EFB3.2.4	ELEMENTOS TRANSVERSALES
						<p><i>Comprensión lectora.</i> Se requiere la lectura de documentos.</p> <p><i>Expresión oral y escrita.</i> Al expresarse en el examen o contestar las preguntas de clase.</p> <p><i>Tecnologías de la Información y la Comunicación.</i> Búsqueda de información por la web.</p>

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>6.1 Adquirir actitudes saludables para mejorar la calidad de vida. (b, g, m) (EFB3.2.1, EFB3.2.4)</p> <p>6.2 Conseguir una mejora en la condición física. (b, g, m) (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2)</p> <p>6.3 Conocer los factores de desarrollo de la condición física (volumen, intensidad y recuperación) y su implicación en el organismo. (f) (EFB3.1.1)</p> <p>6.4 Trabajar la fuerza resistencia y la velocidad cíclica de manera segura. (b, g, m) (EFB3.2.3)</p> <p>6.5 Desarrollar métodos y medios para el desarrollo de la velocidad cíclica y la fuerza resistencia. (f) (EFB3.2.1)</p>
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	<p>6.7 Velocidad cíclica.</p> <p>6.8 Fuerza-resistencia tren superior. (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8)</p> <p>6.9 Fuerza-resistencia tren inferior. (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8)</p> <p>6.10 Fuerza-resistencia core. (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8)</p> <p>6.11 Trabajo concéntrico, isométrico y excéntrico (B3.1, B3.3, B3.5, B3.7, B3.8)</p> <p>6.12 Técnica correcta de ejecución (B3.9)</p>
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	<div data-bbox="887 898 1401 1093"> <p>ESTILOS DE ENSEÑANZA</p> <p>Asignación de tareas. Enseñanza recíproca. Descubrimiento guiado. Resolución de problemas.</p> </div> <div data-bbox="887 1093 1401 1722"> <p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p> <p>Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje.</p> <p>En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión:</p> <p>d. Colaborará en la organización del material y el espacio.</p> <p>e. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.</p> </div> <div data-bbox="300 898 887 1722"> <p>Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje predominaran distintos tipos de estilos de enseñanza</p> <p>Para el trabajo de la velocidad predominará la asignación de tareas, mientras que para los de fuerza se realizará un proceso cognitivo antes de llegar a la/s solución/soluciones.</p> <p>En el entrenamiento en circuito de la fuerza también se desarrollará bajo la enseñanza recíproca con la supervisión contante del profesorado.</p> <p>La fundamentación teórica se dará junto a la práctica al mismo tiempo que se van desarrollando las sesiones.</p> </div>
RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Cinta métrica ○ Conos ○ Colchonetas ○ Balones medicinales

TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Test de 50m (evaluación inicial) + juegos motores y cooperativos</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Test de fuerza de core + tren inferior + tren superior (evaluación inicial)</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Sprint + juegos de aceleración</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Circuito de fuerza</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Circuito de fuerza</p> <p><i>SESIÓN 6:</i> Sprint + juegos de aceleración</p> <p><i>SESIÓN 7:</i> Circuito de fuerza</p> <p><i>SESIÓN 8:</i> Circuito de fuerza</p> <p><i>SESIÓN 9:</i> Sprint + juegos de aceleración</p> <p><i>SESIÓN 10:</i> Test de 50m + fuerza de core (evaluación final)</p> <p><i>SESIÓN 11:</i> Test tren inferior + tren superior (evaluación final)</p>
INTERDISCIPLINARIEDAD	
<p><u>Física y química</u></p> <p>B4.4. Velocidad media.</p> <p>B4.5. Velocidad instantánea y aceleración.</p> <p><u>Matemáticas</u></p> <p>B1.5. Práctica de los procesos de matematización y modelización, en contextos de la realidad y en contextos matemáticos, de manera individual y en equipo.</p>	
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>6.1 Realizar una prueba inicial y otra final de 50m lisos. (B3.1, B3.2)</p> <p>6.2 Realizar un test inicial y otro final de abdominales en 30 segundos. (B3.1, B3.2)</p> <p>6.3 Realizar test inicial y otro final de salto horizontal. (B3.1, B3.2)</p> <p>6.4 Realizar un test inicial y otro final de lanzamiento de balón medicinal. (B3.1, B3.2)</p> <p>6.5 Identificar los tipos de contracción muscular con los siguientes ejercicios media sentadilla sostenida (isométrica) y salto horizontal (excéntrico y concéntrico). (B3.1, B3.2)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>6.1 Mejora un 5% su resultado en el test final en la prueba de 50m lisos respecto al test inicial. (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)</p> <p>6.2 Mejora un 6% su resultado en el test final en la prueba de abdominales respecto al test inicial. (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)</p> <p>6.3 Mejora un 5% su resultado en el test final en la prueba de salto horizontal respecto al test inicial. (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)</p> <p>6.4 Mejora un 5% su resultado en el test final en la prueba de lanzamiento de balón medicinal respecto al test inicial. (EFB3.1.5, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3)</p> <p>6.5 Identifica correctamente todos los tipos de contracción muscular con los ejercicios presentados y analiza la importancia de la misma en la vida cotidiana (EFB3.1.1, EFB3.1.5, EFB3.2.4)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Examen práctico (planilla de observación) → EA: 6.1, 6.2, 6.3, 6.4</p> <p>Examen teórico → EA: 6.5</p>

UD 7: “QUE VUELE LA PLUMA” (BÁDMINTON I)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	13	TRIMESTRE	2º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 4 (Juegos y Actividades deportivas). Con el desarrollo de la unidad didáctica, se pretende introducir la presencia de un implemento dentro del esquema corporal y que el alumnado sea capaz de dominarlo. Y poder transferir esta integración dentro del propio esquema a cualquier implemento de similares características (CAA).</p> <p>Además, se pretende dar un enfoque “multi-deporte” a los primeros cursos para que el alumno adquiera diferentes destrezas y vivencia una multitud de modalidades deportivas y que pueda seguir practicando de forma autónoma en horario extraescolar.</p> <p>La coordinación óculo-manual, la manipulación de un móvil, la dimensión espaciotemporal, etc. trabajadas en la unidad de baloncesto se trabajarán ahora en esta unidad didáctica con sus modificaciones.</p> <p>Habrà una predominancia hacia el bádminton individual, ya que por parejas se trabajará en cursos posteriores donde las decisiones técnico-tácticas son más complejas y el alumnado tiene un mayor dominio del implemento y el móvil.</p>					
	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de transferir contenidos de unidades didácticas de 1º de ESO a este curso y seguir trabajando la coordinación óculo-manual y la capacidad perceptiva.</p> <p>Además, se busca desarrollar una gran variedad de deportes en el curso con el fin de enriquecer la base motriz del alumnado.</p> <p>Por otra parte, es un deporte sin género, en el que chicos y chicas parten del mismo nivel, y por eso se introduce en este curso, y favorecer la práctica deportiva por parte del colectivo femenino.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
						<i>Bloque 4. Juegos y Actividades deportivas</i>
						PLANES DE CENTRO
						<p><i>Plan lector:</i> Se requerirá leer y comprender el reglamento deportivo.</p> <p><i>Plan de convivencia:</i> Será imprescindible la colaboración para montar los campos y manifestar el juego limpio durante los partidos.</p>
	CAA CSIEE	a b g m d	B4.1 B4.4 B4.5	B4.1 B4.2	EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3 EFB4.1.4 EFB4.2.1 EFB4.2.2 EFB4.2.3 EFB4.2.4	ELEMENTOS TRANSVERSALES
						<i>Educación cívica y constitucional.</i> Ayuda en la distribución del material y actitudes de respeto.
						<i>Comprensión lectora.</i> A través de la lectura y aprendizaje de reglas básicas.
						<i>Emprendimiento.</i> Mediante la búsqueda de soluciones en las tareas abiertas planteadas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	7.1 Conocer y aplicar el reglamento de bádminton para poder desarrollar un partido. (a, g) (EFB4.1.1) 7.2 Conocer y practicar los golpes de bádminton: saques, golpes largos, cortos, drive, revés y remate mediante la cooperación con un compañero/a. (a, b, g, d, m) (EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4) 7.3 Desarrollar la coordinación y la capacidad perceptivo-motriz. (b, g, m) (EFB4.1.4) 7.4 Adaptar la posición idónea en el campo según la situación de juego. (b, g,m) (EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4)		
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	7.8 Saque (corto y largo) (B4.1, B4,2) 7.9 Golpeos (lob, clear, drive, revés, drop, smash) (B4.1, B4,2) 7.10 Agarre de raqueta (B4.5) 7.11 Colocación de la red (B4.1) 7.12 Reglamento (B4.1, B4,2) 7.13 Posición básica (B4.1) 7.14 Desplazamientos en el campo (B4.1, B4,2)		
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje predominará la asignación de tareas. Así, todas las sesiones seguirán la misma estructura: breve explicación de alguna habilidad específica, práctica de esa habilidad de manera aislada y posteriormente se realizarán partidos donde se pueda aplicar todo lo aprendido e intentar buscar soluciones a los problemas encontrados (resolución de problemas). Se explicará la colocación del material en las primeras sesiones y en las siguientes el alumnado será el encargado de la colocación/recogida del mismo para evitar grandes pérdidas de tiempo. El reglamento no se explicará de manera completa y se pretende que el alumnado durante los primeros partidos llegue a soluciones mediante el consenso y la posterior confirmación de la regla por parte del profesor/a.	ESTILOS DE ENSEÑANZA	
		Resolución de problemas. Asignación de tareas.	
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	
		Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje. En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión: a. Participará en el arbitraje de partidos. b. Colaborará en la organización del material y el espacio. c. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.	

RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Raquetas ○ Volantes ○ Redes ○ Gomas 50m ○ Postes ○ Conos
TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Juegos motrices con raquetas</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Explicación manejo/colocación del material + partidos (eval. Inicial)</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Posición básica + lob + clear + partidos</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Saque corto + saque largo + partidos</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Repaso golpeos + dejada + drop + partidos</p> <p><i>SESIÓN 6:</i> Repaso golpeos + drive + revés + partidos</p> <p><i>SESIÓN 7:</i> Repaso golpeos + smash + partidos en parejas</p> <p><i>SESIÓN 8:</i> Partidos en parejas</p> <p><i>SESIÓN 9:</i> Partidos bádminton individual</p> <p><i>SESIÓN 10:</i> Partidos bádminton individual (evaluación final)</p> <p><i>SESIÓN 11:</i> Partidos bádminton individual (evaluación final)</p>
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>7.1 Realizar un partido de bádminton (individual) de 3', aplicando los recursos técnico-tácticos propuestos en clase y respetando el reglamento. (B4.1, B4.2)</p> <p>7.2 Describir la forma de realización de los diferentes golpeos y explicar las infracciones básicas del reglamento. (B4.1)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>7.1 Aplica los elementos técnico-tácticos de manera coherente durante el partido y arbitra de manera conjunta por parte de todos los jugadores (auto-arbitraje), identificando las faltas cometidas. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2 EFB4.2.3, EFB4.2.4)</p> <p>7.2 Describe correctamente la forma de realización de los diferentes golpeos y explicar con claridad las infracciones básicas del reglamento. (EFB4.1.3)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Observación sistemática (planilla de observación) → EA: 7.1</p> <p>Examen teórico → EA: 7.2</p>

UD 8: "VAMOS A BAILAR" (ZUMBA)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	12	TRIMESTRE	2º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta UD pertenece, al bloque 2 (actividades físicas artístico-expresivas). Con el desarrollo de la misma, se pretende trabajar el ritmo y la coordinación introduciendo secuencias de movimiento de menor a mayor complejidad. Para ello se utilizarán dos métodos de enseñanza: el mando directo, en el que el/la profesor/a realizará la coreografía y el alumnado seguirá sus pasos, y uno más novedoso relacionado con las TICS: donde se proyectarán personas bailando (al estilo <i>Just Dance</i>) que el alumnado deberá de seguir en función del rol que asuma. El alumnado realizará una coreografía grupal, donde demuestre la propia capacidad estética y creadora y el dominio de aquellas capacidades relacionadas con los diferentes códigos artísticos y culturales, para poder utilizarlas como medio de comunicación y expresión personal. (CCEC)</p>					
JUSTIFICACIÓN	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de trabajar el ritmo y actividades expresivas y ser capaces de modular el movimiento en función del soporte musical, variando intensidades y velocidades de los movimientos corporales para expresar diferentes sensaciones. Además, es un contenido con el que el colectivo femenino se suele sentir muy cómodo y esto ayuda a introducir e este colectivo en el mundo del deporte. Además, se trabaja en este curso porque es un momento en el que empiezan a aparecer complejos y prejuicios y al alumnado le cuesta exhibir sus propias danzas, por lo que si se trabajan, podrá producirse esa desinhibición tan común y aumentar la confianza con el resto del grupo.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
						<i>Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas</i>
						PLANES DE CENTRO
						<p><i>Plan TIC.</i> Se utilizarán soportes digitales para el desarrollo de las sesiones y además de encargarse de grabar/poner música durante las evaluaciones de esta UD.</p> <p><i>Plan de convivencia.</i> Se respetarán las aportaciones y funciones de cada miembro del grupo para realizar las coreografías.</p>
	CCEC CD CSC CAA	b d g l m n ñ e	B2.1 B2.2 B2.3	B2.1	EFB2.1.1 EFB2.1.2 EFB2.1.3 EFB2.1.4	ELEMENTOS TRANSVERSALES
						<p><i>Educación cívica y constitucional.</i> Mediante el respeto de los compañeros del grupo y ayuda mutua.</p> <p><i>Tecnologías de la Información y la Comunicación.</i> Utilización de recursos tecnológicos para desarrollar las clases.</p> <p><i>Comunicación audiovisual.</i> Mediante la transmisión de sensaciones con la coreografía grabada.</p> <p><i>Emprendimiento.</i> Implica tomar decisiones y asumir responsabilidades para formar la coreografía grupal.</p>

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>8.5 Tomar conciencia de la posibilidad expresiva del movimiento rítmico. (b, l, m, n, ñ) (EFB2.1.1)</p> <p>8.6 Diferenciar estructuras rítmicas y adaptar el movimiento a ellas. (m, n) (EFB2.1.2)</p> <p>8.7 Realizar coreografías individuales y grupales con la ayuda de recursos de las TICS. (b, d, e, g, m, n) (EFB2.1.3)</p> <p>8.8 Favorecer la desinhibición dentro de un grupo a través de propuestas creativas e improvisadas. (d, n) (EFB2.1.4)</p>	
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	<p>8.1 Sentido del ritmo. (B2.1)</p> <p>8.2 Desplazamientos en diferentes direcciones. (B2.1)</p> <p>8.3 Modulación del movimiento en función de la música (coreografía). (B2.1, B2.2, B2.3)</p> <p>8.4 Pasos básicos de zumba. (B2.1)</p>	
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	<p>Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos dos metodologías</p> <p>Se empezará las sesiones con el mando directo en el que el/la profesor/a realizará la coreografía y el alumnado seguirá sus pasos y posteriormente se utilizarán las TICS como recurso, proyectando la imagen de personas bailando (al estilo <i>Just Dance</i>) que el alumnado deberá de seguir en función del rol que le toque asumir.</p> <p>Finalmente se utilizará la resolución de problemas dejando al grupo (de 8 personas), crear una coreografía en función del soporte musical, que se elige por consenso de cada grupo.</p>	ESTILOS DE ENSEÑANZA
		<p>Mando directo.</p> <p>Resolución de problemas.</p>
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
		<p>Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje.</p> <p>En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión:</p> <p>a. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.</p>
RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Reproductor de música ○ Canciones ○ Proyector ○ Vídeos coreografías (just dance) 	

TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Pasos básicos de zumba.</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Coreografía 1 (siguiendo al profesor/a). Primeros 8 pasos.</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Coreografía 1 (siguiendo al profesor/a). Recordar 8 pasos + 5 nuevos.</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Coreografía 1 completa (repitiendo ciclos de pasos).</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Just Dance en grupos de 4 (3 canciones).</p> <p><i>SESIÓN 6:</i> Just Dance en grupos de 4 (otras 3 canciones).</p> <p><i>SESIÓN 7:</i> Just Dance en grupos de 4 (3 canciones a elegir por el alumnado).</p> <p><i>SESIÓN 8:</i> Nuevos pasos de baile + formación de grupos de trabajo + preparación de coreografías.</p> <p><i>SESIÓN 9:</i> Preparación de coreografías.</p> <p><i>SESIÓN 10:</i> Preparación de coreografías.</p> <p><i>SESIÓN 11:</i> Preparación de coreografías.</p> <p><i>SESIÓN 12:</i> Evaluación de coreografías.</p>
INTERDISCIPLINARIEDAD	
<p><u>Música</u></p> <p>B1.1. Parámetros del sonido. Elementos básicos del lenguaje musical.</p> <p>B1.3. Instrumentos y cuerpo como medios de expresión musical: características genéricas y formales.</p> <p>B1.8. Exploración de las posibilidades de diversas fuentes sonoras y práctica de habilidades técnicas para la interpretación.</p> <p>B1.9. Experimentación y práctica de las técnicas del movimiento y de la danza, expresión de los contenidos musicales a través del cuerpo y del movimiento, y la interpretación de un repertorio variado de danzas.</p> <p>B2.4. Elementos que intervienen en la construcción de una obra musical: melodía, ritmo, armonía, timbre, textura, forma, tempo, dinámica, etc.</p> <p>B3.1. La música al servicio de otros lenguajes: corporal, teatral, cinematográfico, radiofónico o publicitario.</p> <p>B4.1. Utilización de dispositivos electrónicos, recursos de internet y software musical de distintas características para el entrenamiento auditivo, la escucha, la interpretación y la creación musical.</p>	
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>8.1 Realizar una coreografía, por grupos de 8 personas, aplicando los pasos básicos de zumba vistos en clase. (B2.1)</p>
EA	<p>8.1 Ajusta el movimiento al soporte musical y se sincroniza con el resto del grupo. (EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.3)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Examen práctico (rúbrica) → EA: 8.1</p>

UD 9: “SOBRE COLCHONETAS” (HABILIDADES GIMNÁSTICAS)						
CURSO	2º ESO		SESIONES	8	TRIMESTRE	3º
DESCRIPCIÓN	Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 4 (Juegos y Actividades deportivas). Con el desarrollo de la unidad didáctica, pretendemos que el alumno experimente movimientos sobre planos y ejes no muy recurrentes en la vida diaria, y como fruto de esta experimentación dominar más el movimiento corporal. Se utilizará una enseñanza recíproca en el que el alumnado asuma autonomía y sea capaz de llegar a unas metas establecidas, sin la intervención constante del profesor/a. Así, el alumnado desarrollará habilidades de participación, pensamiento crítico y sentido de responsabilidad, autoconfianza y evaluación, etc. consiguiendo la competencia principal de esta unidad didáctica: sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (CSIEE).					
JUSTIFICACIÓN	El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de conocer nuevas posibilidades de movimiento en diferentes planos y ejes corporales, ya que el alumnado trae un bagaje motriz del primer curso de la ESO, pero sin experimentar este tipo de movimientos. Además, se utiliza la enseñanza recíproca, porque los alumnos ya se conocen de 1º de la ESO, y así los agrupamientos se puedan hacer por afinidades (evitar malas actitudes entre ambos miembros de las parejas), y se puedan agrupar por niveles de trabajo: así, las parejas que vayan consiguiendo las tareas propuestas, podrán realizar otras de mayor complejidad, y respetar el ritmo de aprendizaje de cada uno. Pero, también existe la posibilidad de que el de buen nivel, ayude al de menor nivel, ya que el aprendizaje también se produce observando, y la ayuda al compañero también es un elemento interesante a desarrollar.					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
	CD CAA CSIEE	a b g m h	B4.1 B4.2	B4.1	EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3 EFB4.1.4	Bloque 4. Juegos y Actividades deportivas
						PLANES DE CENTRO
						Plan lector. Será necesaria la lectura y comprensión de las fichas facilitadas por el profesorado.
						ELEMENTOS TRANSVERSALES
Comprensión lectora. Mediante la lectura de las fichas.						
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	9.1 Favorecer el conocimiento y el control postural a través de sensaciones poco frecuentes. (g, m) (EFB4.1.4) 9.2 Conocer y ejecutar habilidades gimnásticas básicas: saltos, equilibrios, desplazamientos, volteos. (b, g, m) (EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4) 9.3 Trabajar las habilidades de forma segura. (a, b, g, m) (EFB4.1.1) 9.4 Entender y escribir de forma detallada la ejecución de las habilidades gimnásticas. (h) (EFB4.1.3)					

CONTENIDOS DIDÁCTICOS	9.6 Equilibrios (plancha, equilibrio invertido). (B4.1, B4.2) 9.7 Voltereta hacia delante y hacia atrás. (B4.1, B4.2) 9.8 Rueda lateral. (B4.1, B4.2) 9.9 Desplazamientos. (B4.1, B4.2) 9.10 Saltos básicos. (B4.1, B4.2)	
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos distintos estilos de enseñanza. En la mayor parte de las sesiones predominará la enseñanza recíproca. Así, se dará una explicación inicial detallada por parte del profesor/a, y posteriormente trabajarán con fichas (donde se describe cada tarea y se indican los ítems más importantes en los cuales fijar la atención) por parejas. El papel del profesor/a, será supervisar y emitir feedbacks. Si lo cree conveniente, podrá parar la clase y realizar alguna explicación en conjunto.	ESTILOS DE ENSEÑANZA
		Enseñanza recíproca.
		ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
		Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje. En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión: a. Colaborará en la evaluación de algún compañero y corregirá fallos más graves. b. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.
RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">○ Colchonetas○ Plinto○ Quitamiedos○ Cuerdas	
TEMPORALIZACIÓN	SESIÓN 1: Desplazamientos por el espacio + Saltos básicos SESIÓN 2: Equilibrios SESIÓN 3: Equilibrio invertido de manos SESIÓN 4: Voltereta hacia delante + voltereta lanzada SESIÓN 5: Voltereta hacia atrás + quinta de brazos SESIÓN 6: Rueda lateral SESIÓN 7: Rueda lateral SESIÓN 8: Evaluación	

EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>9.1 Realizar la plancha durante 5 segundos, sabiendo describir su forma de realización. (B4.1)</p> <p>9.2 Realizar el equilibrio invertido y bajar rodando sobre la espalda, sabiendo describir su forma de realización. (B4.1)</p> <p>9.3 Realizar la voltereta hacia delante y hacia atrás de manera continuada, colocándose verticalmente en bipedestación entre ambas volteretas, y saber describir su forma de realización. (B4.1)</p> <p>9.4 Realizar una rueda lateral, sabiendo describir su forma de realización. (B4.1)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>9.1 Estira la pierna de apoyo y mantiene el cuerpo muy próximo o en la horizontal, y describe correctamente su forma de realización. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>9.2 Pasa por la vertical y recepciona de manera progresiva y suave rodando por la espalda, y describe correctamente su forma de realización. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>9.3 Mete la barbilla hacia el interior, redondea la espalda en ambas volteretas y sube a la posición de bipedestación sin utilizar las manos, y describe correctamente su forma de realización. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>9.4 Pasa por la vertical durante el recorrido de la rueda lateral, recepciona con un pie y después con el otro de manera armonizada, y describe correctamente su forma de realización. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p>
INSTRUMENTOS	<p><i>Alumnado:</i> Coevaluación (rúbrica) → EA: 9.1, 9.2, 9.3, 9.4</p> <p><i>Docente:</i> Mediante la observación sistemática corrobora las evaluaciones de los/as alumnos/as.</p> <p>Examen teórico → EA: 9.1, 9.2, 9.3, 9.4</p>

UD 10: COGEMOS EL STICK (FLOORBALL I)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	9	TRIMESTRE	3º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta unidad didáctica pertenece, al bloque 4 (Juegos y Actividades deportivas). Con el desarrollo de la unidad didáctica, se pretende que el alumnado desarrolle otra forma de utilización del implemento muy distinta al bádminton, y así tenga que hacer una readaptación.</p> <p>Además, al ser un deporte relativamente nuevo, se busca que mediante su desarrollo el alumnado se motive y su adherencia a la práctica deportiva sea mayor, sin distinción de género, ya que ambos sexos parten del mismo nivel de competencia.</p> <p>Gran parte del tiempo de las sesiones estarán destinadas al juego real, donde el alumnado trate de resolver situaciones de la mejor manera posible, pero siempre respetando a los compañeros, árbitros, etc. La existencia de sticks hace necesario que el comportamiento y la actitud sea positivo para evitar problemas, por ello el trabajo de la competencia social y cívica (CSC) es esencial en esta unidad didáctica, además de otras indicadas posteriormente.</p>					
JUSTIFICACIÓN	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica en 2º ESO es el hecho de transferir contenidos de unidades didácticas como la de bádminton a esta y poder manejar el implemento de otra manera totalmente distinta (trabajo de la coordinación óculo motriz desde diferentes perspectivas), además de la gran potencialidad formativa de los deportes colectivos.</p> <p>En cursos más avanzados se le dará una visión más táctica al juego real, mientras que en estos primeros cursos la visión es más lúdica.</p> <p>Además, se busca desarrollar una gran variedad de deportes en el curso con el fin de enriquecer la base motriz del alumnado.</p> <p>Por otra parte, es un deporte sin género, en el que chicos y chicas parten del mismo nivel, y por eso se introduce en este curso, y favorecer la práctica deportiva por parte del colectivo femenino.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
						<i>Bloque 4. Juegos y Actividades deportivas</i>
						PLANES DE CENTRO
						<i>Plan lector:</i> Se requerirá leer y comprender el reglamento deportivo. <i>Plan de convivencia:</i> Será imprescindible el trabajo en equipo y cooperación y el trato con respeto tanto al propio equipo como al ajeno.
	CAA CSIEE CSC	a b d g m	B4.1 B4.4 B4.5	B4.1 B4.2	EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3 EFB4.1.4 EFB4.2.1 EFB4.2.2 EFB4.2.3 EFB4.2.4	ELEMENTOS TRANSVERSALES
						<i>Educación cívica y constitucional.</i> Mediante la idoneidad de trato al equipo propio y al ajeno. <i>Comprensión lectora.</i> A través de la lectura y aprendizaje de reglas básicas. <i>Emprendimiento.</i> Mediante la búsqueda de soluciones en las tareas abiertas planteadas.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>10.1 Conocer y aplicar las reglas básicas del baloncesto en diferentes situaciones de práctica o de juego. (a,m) (EFB4.1.1)</p> <p>10.2 Conocer y ejecutar correctamente los elementos técnicos del floorball (conducción, pase, tiro) conociendo métodos para su mejora. (b, m, g) (EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4)</p> <p>10.3 Aplicar principios de organización ofensiva y defensiva. (b, m) (EFB4.2.2, EFB4.2.4)</p> <p>10.4 Colaborar y participar activamente en las actividades propuestas con actitud crítica y respetando las diferencias individuales. (a, d) (EFB4.2.1, EFB4.2.3, EFB4.2.4)</p>		
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	<p>10.1 Integración del implemento en el esquema corporal. (B4.1)</p> <p>10.2 Pase y recepción. (B4.1, B4.2)</p> <p>10.3 Lanzamiento. (B4.1, B4.2)</p> <p>10.4 Conducción. (B4.1, B4.2)</p> <p>10.5 Intercepción. (B4.2)</p> <p>10.6 Reglamento. (B4.1, B4.2)</p>		
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos distintos estilos de enseñanza. En la mayor parte de las sesiones predominará estilos de enseñanza no directivos para favorecer la implicación del alumnado. Pero, en las primeras sesiones se utilizarán estilos de enseñanza más directivos para que el alumno consolide distintas habilidades específicas necesarias para darle fluidez y continuidad al juego, así como algunos aspectos básicos del reglamento del deporte. Se finalizará la unidad didáctica con tareas muy similares al juego real, utilizando la resolución de problemas para que el alumnado pueda aplicar los contenidos desarrollados durante la unidad didáctica.		
	ESTILOS DE ENSEÑANZA		
	<p>Resolución de problemas.</p> <p>Descubrimiento guiado.</p> <p>Asignación de tareas.</p>		
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
<p>Se propondrán actividades adaptadas al nivel de cada estudiante, variando la complejidad de las tareas en función de sus necesidades al igual que se respetarlos diferentes niveles de aprendizaje.</p> <p>En cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión:</p> <ul style="list-style-type: none">a. Participará en el arbitraje de partidos.b. Colaborará en la organización del material y el espacio.c. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.			

RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Sticks ○ Pelotas de tenis/goma ○ Pelotas floorball ○ Porterías ○ Conos ○ Silbatos ○ Petos
TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Agarre + juegos motrices cooperativos</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Conducción + pases estáticos + juego de los 10 pases</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Conducción + tiro + partidos</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Pases estáticos y dinámicos + conducción + tiro + partidos</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Pases estáticos y dinámicos + conducción + tiro + partidos</p> <p><i>SESIÓN 6:</i> Juegos motrices cooperativos</p> <p><i>SESIÓN 7:</i> Torneo floorball</p> <p><i>SESIÓN 8:</i> Torneo floorball</p> <p><i>SESIÓN 9:</i> Torneo floorball</p>
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>10.1 Realizar un partido de floorball en campo reducido 3 vs 3 de 3', aplicando los recursos técnico-tácticos propuestos en clase y respetando el reglamento. (B4.1, B4.2)</p> <p>10.2 Describir la forma de realización de los diferentes golpes y explicar las infracciones básicas del reglamento. (B4.1)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>10.1 Aplica los elementos técnico-tácticos de manera coherente durante el partido y arbitra de manera conjunta por parte de todos los jugadores (auto-arbitraje), identificando las faltas cometidas. (EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2 EFB4.2.3, EFB4.2.4)</p> <p>10.2 Describe correctamente la forma de realización de los diferentes golpes y explicar con claridad las infracciones básicas del reglamento. (EFB4.1.3)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Observación sistemática (planilla de observación) → EA: 10.1</p> <p>Examen teórico → EA: 10.2</p>

UD 11: "CAMINANDO POR LA VIDA" (SENDERISMO)						
CURSO	2º ESO	SESIONES	5	TRIMESTRE	3º	
DESCRIPCIÓN	<p>Esta UD pertenece, al bloque 1 (Contenidos comunes en Educación Física).</p> <p>Con el desarrollo de la unidad didáctica, pretendemos que el alumnado comprenda que la actividad física se puede hacer en entornos muy diversos y que cualquier persona puede realizarla, al ser una actividad muy accesible para la mayoría de la sociedad.</p> <p>Se basará en rutas por senderos, más o menos señalizados, por los entornos naturales próximos a la zona, en los cuales se trabajarán contenidos de orientación básica con mapa, cálculo de distancias ritmos, requisitos y materiales óptimos para realizar la actividad, y se conocerá mejor la zona que rodea al centro. Este trabajo con números justifica una de las competencias principales a desarrollar: la competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT), además de la CSC mediante el respeto del entorno, etc.</p> <p>Esta unidad didáctica se desarrolla en el último mes del curso debido a que las condiciones climatológicas son habitualmente favorables y no suponen ningún impedimento para salir del centro a desarrollar esta actividad.</p>					
	<p>El motivo para desarrollar esta unidad didáctica es por el hecho de las posibilidades que ofrece la ubicación del centro, de utilizar el medio natural (monte cercano, etc.) para desarrollar estos contenidos, y debido a que lo marca la legislación.</p> <p>Se desarrolla con el alumnado de 2º de ESO porque podrán aplicar los contenidos de orientación en entornos estables (orientación en recintos cerrados) vista en el primer curso. Además, se calcularán tiempos, distancias recorridas, etc. ya que el alumnado garantiza una cierta competencia en cálculo y matemáticas para poder realizar las tareas propuestas.</p>					
RELACIÓN CURRICULAR (DECRETO 86/2015)	C.C	O	C	C.E	E.A	BLOQUE DE CONTENIDOS
	CMCT CD CAA CSIEE CSC	a c d g l m n ñ e	B1.6 B1.7 B4.3 B1.10 B1.12	B1.3 B1.4 B4.1	EFB1.3.1 EFB1.3.2 EFB1.4.1 EBF1.4.3 EFB4.1.1 EFB4.1.5	<p><i>Bloque 1. Contenidos comunes en Educación Física</i></p> <p><i>Bloque 4. Juegos y Actividades deportivas</i></p> <p>PLANES DE CENTRO</p> <p><i>Plan TIC.</i> Utilización de recursos digitales (Google Earth, etc.) para preparar las rutas.</p> <p><i>Plan de convivencia.</i> Comportarse cívicamente fuera del centro y asumir actitudes de cuidado del medio natural.</p> <p>ELEMENTOS TRANSVERSALES</p> <p><i>Educación cívica y constitucional.</i> Se basará en el respeto al medio natural y el comportamiento cívico fuera del centro.</p> <p><i>Tecnologías de la Información y la Comunicación.</i> Utilización de recursos digitales para preparar las rutas.</p> <p><i>Emprendimiento.</i> Mediante la búsqueda de soluciones a los problemas planteados (orientación básica, elección adecuada de material, etc.)</p>

OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>11.1 Trabajar los aspectos básicos de preparación y prevención de rutas previos a su realización. (g, e, l, m, ñ) (EFB1.4.1)</p> <p>11.2 Preparar equipamiento para la realización de una ruta: la mochila, la vestimenta y el calzado. (g) (EFB1.4.3, EFB4.1.1)</p> <p>11.3 Practicar técnicas de marcha de montaña en grupo conservando el medio natural y de forma segura. (a, c, d, g, m, n) (EBF1.4.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB4.1.1, EFB4.1.5)</p> <p>11.4 Conocer tipos de senderos y su interpretación en el mapa. (g, l) (EFB1.3.1, EFB4.1.5)</p> <p>11.5 Utilizar técnicas de orientación básicas en el medio natural. (g) (EFB1.3.1, EFB4.1.5)</p>						
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	<p>11.6 Aspectos básicos de preparación y prevención. (B1.10, B1.12)</p> <p>11.7 Ruta por el monte. (B4.3)</p> <p>11.8 Técnicas de orientación básicas: orientación por mapa. (B4.3)</p> <p>11.9 Equipaje y material adecuado. (B1.6, B1.10, B1.12)</p> <p>11.10 Respeto al medio ambiente. (B1.7)</p> <p>11.11 Utilización del medio natural como escenario deportivo. (B1.6)</p>						
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS/DIDÁCTICAS	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="309 1019 821 1131" rowspan="3"> <p>Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos básicamente el mando directo, ya que el/la profesor/a marcará un ritmo de desplazamiento y los alumnos deberán intentar seguirlo.</p> <p>En algunas ocasiones, se le pedirá al alumno que use sus propios razonamientos para resolver problemas planteados: orientarse, cálculo de distancias, etc.</p> </td><td data-bbox="821 1019 1394 1055">ESTILOS DE ENSEÑANZA</td></tr> <tr> <td data-bbox="821 1055 1394 1131"> <p>Mando directo</p> <p>Resolución de problemas</p> </td></tr> <tr> <td data-bbox="821 1131 1394 1167">ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</td></tr> <tr> <td colspan="2"> <p>La mayor parte del alumnado será capaz de realizar la unidad didáctica, pero en cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión que impida el desplazamiento:</p> <p>a. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.</p> </td></tr> </table>	<p>Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos básicamente el mando directo, ya que el/la profesor/a marcará un ritmo de desplazamiento y los alumnos deberán intentar seguirlo.</p> <p>En algunas ocasiones, se le pedirá al alumno que use sus propios razonamientos para resolver problemas planteados: orientarse, cálculo de distancias, etc.</p>	ESTILOS DE ENSEÑANZA	<p>Mando directo</p> <p>Resolución de problemas</p>	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	<p>La mayor parte del alumnado será capaz de realizar la unidad didáctica, pero en cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión que impida el desplazamiento:</p> <p>a. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.</p>	
<p>Para llevar a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje utilizaremos básicamente el mando directo, ya que el/la profesor/a marcará un ritmo de desplazamiento y los alumnos deberán intentar seguirlo.</p> <p>En algunas ocasiones, se le pedirá al alumno que use sus propios razonamientos para resolver problemas planteados: orientarse, cálculo de distancias, etc.</p>	ESTILOS DE ENSEÑANZA						
	<p>Mando directo</p> <p>Resolución de problemas</p>						
	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD						
<p>La mayor parte del alumnado será capaz de realizar la unidad didáctica, pero en cuanto al alumnado que no pueda desarrollar las sesiones por indisposición, enfermedad o lesión que impida el desplazamiento:</p> <p>a. Realizará un resumen de un tema facilitado por el profesor relacionado con dicha unidad didáctica.</p>							
RECURSOS MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mapas ○ Smartphone 						

TEMPORALIZACIÓN	<p><i>SESIÓN 1:</i> Explicación requisitos y normas + ruta playa Bastiagueiro.</p> <p><i>SESIÓN 2:</i> Ruta por parque “As Galeras”.</p> <p><i>SESIÓN 3:</i> Ruta 1 por monte.</p> <p><i>SESIÓN 4:</i> Ruta 2 por monte.</p> <p><i>SESIÓN 5:</i> Ruta 3 por monte.</p>
INTERDISCIPLINARIEDAD	
<p><u>Geografía:</u> B1.1. Localización. Latitud y longitud.</p> <p><u>Física y Química</u> B4.4. Velocidad media. B4.5. Velocidad instantánea y aceleración.</p> <p><u>Matemáticas</u> B1.5. Práctica de los procesos de matematización y modelización, en contextos de la realidad y en contextos matemáticos, de manera individual y en equipo.</p>	
EVALUACIÓN	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	<p>11.1 Realizar rutas por el monte, siguiendo las indicaciones del profesor/guía, valorando y respetando el medio natural en cada ruta. (B1.3, B1.4, B4.1)</p>
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	<p>11.1 Realiza al menos 1 de las 3 rutas por el monte, sin tirar basura al medio natural. (EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.4.1, EBF1.4.3, EFB4.1.1, EFB4.1.5)</p>
INSTRUMENTOS	<p>Observación sistemática (planilla de observación) → EA: 11.1</p>